

БЕСЕДЫ
ДОМАШНЕМ
ХОЗЯЙСТВЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ

Наша страна вступила в период развернутого строительства коммунистического общества.

Исторический XXI съезд КПСС определил главную задачу этого периода — создание материально-технической базы коммунизма, дальнейшее укрепление экономической и оборонной мощи Советского Союза и вместе с тем все более полное удовлетворение растущих материальных и духовных потребностей народа.

Тов. Н. С. Хрущев в докладе на XXI съезде так определил задачи семилетнего плана в области экономической: «всестороннее развитие производительных сил страны, достижение такого роста производства во всех отраслях экономики на базе преимущественного развития тяжелой индустрии, который позволил бы сделать решающий шаг в создании материально-технической базы коммунизма и в обеспечении победы СССР в мирном экономическом соревновании с капиталистическими странами. Усиление экономического потенциала страны, дальнейший технический прогресс во всех отраслях народного хозяйства, непрерывный рост производительности общественного труда должны обеспечить значительное повышение жизненного уровня народа».

Реальные доходы рабочих и служащих в расчете на одного работающего увеличатся к концу семилетия на 40 процентов. Не менее чем на 40 процентов возрастут и доходы колхозников.

Расходы государства на расширение сети детских яслей и садов, школ-интернатов, на бесплатное обучение и медицинскую помощь, на пенсии, пособия и на другие выплаты населению составят в 1965 году примерно 360 миллиардов рублей против 215 миллиардов в 1958 году. Если к этому прибавить еще расходы на жилищное строительство, на строительство школ, культурно-бытовых и медицинских учреждений, то всего на каждого работника в 1965 году государство будет затрачивать сверх заработной платы около 4 600 рублей в год.

Огромную роль в жизни семьи играет переход на пятидневную рабочую неделю при 6—7-часовом рабочем дне. Самый короткий в мире рабочий день и самая короткая рабочая неделя позволяют нашим людям не только лучше отдыхать, но и повышать свой культурный уровень, лучше справляться с домашними делами.

Семилетний план предусматривает увеличение численности учащихся в школах-интернатах до 2 миллионов 500 тысяч человек. Число детей в детских садах увеличится за семилетие с 2 миллионов 280 тысяч до 4 миллионов 200 тысяч. Следовательно, намного увеличивается помощь семье со стороны государства в таком важном деле, как воспитание детей и уход за ними.

Ни одна страна мира не знает столь бурного роста, невиданных темпов и размаха жилищного строи-

тельства, какие осуществляются в нашей стране в последние годы.

На картах Родины появляются все новые и новые города и поселки. За семилетие только в городах будет построено около 15 миллионов квартир, что превышает весь городской жилищный фонд, созданный за годы советской власти.

Наше коммунальное и жилищное строительство коренным образом перестраивает быт многих миллионов людей, получающих в новом прекрасном современном жилище центральное отопление, хорошо оборудованную кухню, газовую плиту, мусоропровод, горячее водоснабжение, ванную комнату, встроенные шкафы, антресоли и другое удобное оборудование.

Семилетний план предусматривает построить 64 тысячи новых предприятий общественного питания, значительно улучшить их работу и снизить цены на их продукцию. Еще более широкое распространение получит отпуск обедов на дом.

В ближайшие годы общественным питанием будет обеспечено большинство рабочих, служащих, учащихся, а выпуск продукции фабрик-кухонь, столовых, закусочных будет увеличен более чем в два раза.

Таким образом, из года в год общественное питание будет становиться более массовым, удобным и выгодным для населения, постепенно все больше вытесняя и заменяя домашнее приготовление пищи.

Кроме того, за последние годы колоссально выросло, а за семилетку вырастет еще больше использование пищевых полуфабрикатов, различных готовых и полуготовых блюд, кулинарных изделий, консервов, концентратов, что также в очень значительной степени освободит домашнее хозяйство от первичной обработки продуктов и намного облегчает и ускоряет приготовление пищи.

В предстоящем семилетии советские люди в достатке будут обеспечены добротной и красивой одеждой и обувью.

Намного увеличится количество предприятий бытового обслуживания — пошивочных и ремонтных мастерских, коммунальных прачечных, предприятий по ремонту квартир, мебели, домашних машин и др., с тем чтобы в ближайшее время повсеместно обеспечить население основными видами бытовых услуг.

Выпуск изделий, необходимых в быту, а особенно машин и приборов, облегчающих домашний труд женщин, значительно увеличится. По сравнению с предыдущим семилетием продажа населению холодильников увеличится в 5,8 раза, стиральных машин и приборов — в 9,1 раза, швейных машин — в 2,1 раза, телевизоров — в 4,6 раза, радиол и радиоприемников — в 1,8 раза.

Однако «надо не только обеспечить человека хорошим жильем, — говорил тов. Н. С. Хрущев, — но и научить его правильно пользоваться общественными

Городской жилищный фонд в нашей стране за годы советской власти увеличился более чем в три с половиной раза.

Осуществляется поставленная партией в 1957 году задача — в ближайшие 10—12 лет ликвидировать недостаток жилья. За 1957 и 1958 годы построено 120 миллионов квадратных метров жилой площади, что на 12 миллионов квадратных метров превышает установленный на эти годы план жилищного строительства.

Принятые историческим XXI съездом партии «Контрольные цифры развития народного хозяйства СССР на 1959 — 1965 годы.» предусматривают дальнейшее грандиозное развитие жилищного строительства в нашей стране. За семилетие в городах и рабочих поселках будет построено около 15 миллионов новых квартир (650 — 660 миллионов кв. метров), а в сельской местности — около 7 миллионов домов.

Таким образом, за годы семилетки около 40 процентов населения нашей страны справит новоселье в новых квартирах, причем во многих случаях это будет новоселье каждой семьи в отдельной квартире, так как XXI съезд КПСС поставил задачу «при распределении жилой площади осуществить переход к предоставлению семье отдельной квартиры».

Квартира или комната, в которой вы живете, нуждается не только в повседневном уходе, но и в устройстве: ее нужно приспособить, оборудовать и обставить так, чтобы жизнь семьи протекала в наиболее благоприятной обстановке. В этом одна из основных и самых главных задач домашнего хозяйства.

С. тем, как сделать жилище удобным, красивым и уютным, как содержать его в порядке и чистоте, как при необходимости произвести небольшой ремонт в доме, и со многими другими не менее важными вопросами познакомит предлагаемый раздел книги.





ОБ УЮТЕ

Вы вошли в комнату, обставленную дорогой красивой мебелью. Но странно — красивая обстановка не радует вас. Комната холодна и неприветлива. Вам неуютно сидеть в жестком кресле, трудно представить, как можно лежать на вычурно изогнутом диване, работать за слишком парадным письменным столом. Нет в этой комнате ни одного уголка, который располагал бы к отдыху, занятиям, чтению.

А вот другая комната. Убранство и мебель здесь значительно скромнее, проще и дешевле, но привлекательнее и приветливее. Вам невольно хочется сказать: «Как здесь уютно!» Вся окружающая обстановка, каждая вещь удобна и приспособлена к потребностям, занятиям хозяев дома.

Сочетание удобства, внешней привлекательности, чистоты и порядка в вашей комнате, в вашем доме и является тем, что принято называть уютом.

Согласитесь, что наиболее уютный уголок вашей комнаты — это прежде всего и наиболее удобный.

Письменный стол, приятный для глаз абжур настольной лампы и книжная полка именно потому создают уютный уголок, что

эти предметы в их сочетании удобны, отвечают вашим потребностям и хорошо соответствуют своему назначению.

Слово «уют» иногда сопровождается не лестным эпитетом «мещанский».

Не совсем четко разбираясь в том, что именно является проявлением мещанства, молодые люди иногда отождествляют понятия «уют» и «мещанство» и на этом основании, отвергая и то и другое, считают заботу об удобствах и привлекательности своего дома чем-то несовременным, старомодным. Ошибочность этих представлений очевидна. Однако опасения создать именно мещанский уют в своем жилище не лишены некоторых оснований, так как нередко еще элементы такого уюта проникают в наш быт, уродуют обстановку, в которой мы живем.

Когда мы говорим «мещанский уют», в нашем представлении возникает комната, тесно заставленная всевозможной случайной и ненужной мебелью; подслеповатые окошки, загороженные горшками герани и плотно завешанные гардинами, которые даже днем не пропускают ни света, ни воздуха; многочисленные «семейные» фотографии

в пестрых рамочках, веера и открытки с целующимися голубками и пронзающими сердца амурами. Стандартное представление о предметах, создающих мещанский уют, неизменно включает клетку с канарейкой, гитару с голубым бантом.

В такой комнате на всех вещах, во всех доступных местах лежат скатерки, салфетки, коврики, дорожки, половики. Кажется, что люди, которые здесь живут, боятся свободного пространства, солнечного света и свежего воздуха.

Можно было бы привести длиннейший список вещей и в особенности предметов убранства жилища, которые носят на себе печать мещанского, дурного вкуса.

Не последнее место в этом списке заняли бы чудовищные по своей форме и окраске огромные гипсовые собаки, аляповатые глиняные кошечки, рамки из плюша, золоченого гипса, ракушек, открытки и картинки с изображением томных красавиц, фатоватых молодых людей и лебедей на фоне замков, унылые букеты бумажных цветов, бесчисленные диванные подушечки.

Кое-какие из этих вещей каким-то образом перекочевали к нам из старой России, из нищенских квартир иных городских мещан, которые во что бы то ни стало хотели, обманув и себя и всех окружающих, создать видимость благополучия, «роскошной» и якобы красивой жизни.

Красота вещей, которые нас окружают в быту, которыми мы пользуемся, определяется в первую очередь тем, насколько они удобны, полезны, соответствуют своему назначению.

Алые, белые, розовые цветы герани могут быть очень красивыми. Но их считают принадлежностью мещанского уюта потому, что в старых квартирах их было слишком много и они заслоняли свет окон.

На гитаре можно отлично играть, доставляя удовольствие и себе и своим друзьям, а от банта на ней лучше отказаться — это нелепо и некрасиво, все равно как если вы завяжете шелковый бант на стуле.

Сейчас выпускается много художественных открыток-репродукций картин Третьяковской галереи, Эрмитажа. Коллекционирование этих открыток может доставить эстетическое удовольствие, но на стенах они выглядят плохо, так как их размеры не соответствуют размерам стен.

Множество салфеток — на диване и на столе, на подоконнике и на телевизоре — го-

ворит о недостатке вкуса у хозяйки именно потому, что некоторые из этих салфеток просто лишние.

Нередко вызывают удивление те предметы, форма которых пытается скрыть их содержание: графины, изображающие медведей или птиц, вазы для цветов в виде ручки, держащей трубку, часы, похожие не то на скворечню, не то на собачью будку, фарфоровые или фаянсовые блюда, имитирующие плетеные из прутьев изделия. Научитесь ценить настоящие, неподдельные вещи: пусть графин будет графином, часы — часами, дерево — деревом, а фарфор — фарфором. Подлинная красота художественного произведения, в том числе и изделий прикладного искусства, неотделима от правды и не терпит никакой подделки.

Научитесь ценить красивые и безупречные по своему вкусу предметы и украшения, созданные народным творчеством, — русские народные кружева и вышивки, украинские керамические вазы для цветов, вятские игрушки, узбекские сюзане и другие.

Порядок и чистота в нашем жилище — это не только требование гигиены. Опрятность — одно из лучших украшений вашего дома, одно из главных условий уюта. Поэтому помещение, загроможденное мебелью, многочисленными предметами убранства и украшениями, сегодня не кажется нам действительно красивым.

Порядок и чистоту легче поддерживать при отсутствии лишних, бесполезных вещей. Такое утверждение вовсе не противоречит вашему желанию иметь картины, вазы, драпировки. Если эти вещи действительно красивые, их никак нельзя считать лишними. Речь идет о многочисленных этажерочках, экранах, резных шкафчиках, полочках, одноногих шатких столиках, которые сохраняются в некоторых домах с прабабушкиных времен, занимают место, отнимают свет и воздух, мешают двигаться, а используются, как правило, очень мало. В то же время замысловатые и бесчисленные резные детали этих вещей служат гнездами для пыли и грязи, требуют постоянного ухода, отнимая у хозяйки много времени и труда. К сожалению, к этим бессмысленным вещам привыкают, перестают замечать и, только убрав их из комнаты, облегченно вздыхают.

Почти в каждом доме, за редким исключением, немало места занимают и какие-то вещи «на всякий случай». Обычно это вышедшая из строя посуда и кухонное обору-

дование, поломанная и старая мебель, требующая столь дорогого ремонта, что он становится бессмысленным, так как новая покупка обойдется дешевле, чем починка.

Чаше всего «случаев» для использования этих вещей не возникает. И они долгие годы лежат без движения, занимая площадь.

Проверьте ваши комнаты, коридор, кух-

ню и, если вы найдете там ненужные вещи, которые нельзя ни починить, ни использовать, сдайте их в утиль. Вы не станете из-за этого расточительными, так как бережливость прежде всего заключается в том, чтобы содержать необходимые в быту вещи в порядке и своевременно ремонтировать их, а не в том, чтобы копить ненужную рухлядь.

БЛАГОУСТРОЙСТВО КОМНАТЫ И КВАРТИРЫ

Можно с уверенностью сказать, что многие предпочитают иметь две комнаты вместо одной, даже если по площади они вместе несколько меньше одной большой. Поэтому приведем несколько советов о том, как одну комнату сделать более удобной, как можно ее перепланировать.

Удачной для перепланировки является удлиненная комната с одним окном в торце, то есть в узкой части. В этом случае комнату можно перегородить по длине. При этом важно так расположить перегородку, чтобы получившиеся комнаты можно было лучше использовать по их назначению и наиболее удобно расставить мебель (рис. 1) *.

Для того чтобы часть комнаты, удален-

ная от окна, достаточно хорошо освещалась и проветривалась, перегородки можно сделать раздвижными или остекленными. Хорошо сделать фрамугу в верхней части перегородки, если последняя не раздвигается. Можно также использовать в качестве перегородки занавески от потолка до пола.

Удобна для перепланировки комната квадратной или близкой к квадрату формы, в особенности если она имеет два окна (рис. 2).

Если комната имеет размеры $5 \times 4,5$ или $5,5 \times 5$ м, ее можно превратить в две комнаты от 10 до 13 м² каждая.

Легко поддается перепланировке комната удлиненной формы, расположенная вдоль наружной стены и имеющая в этой стене

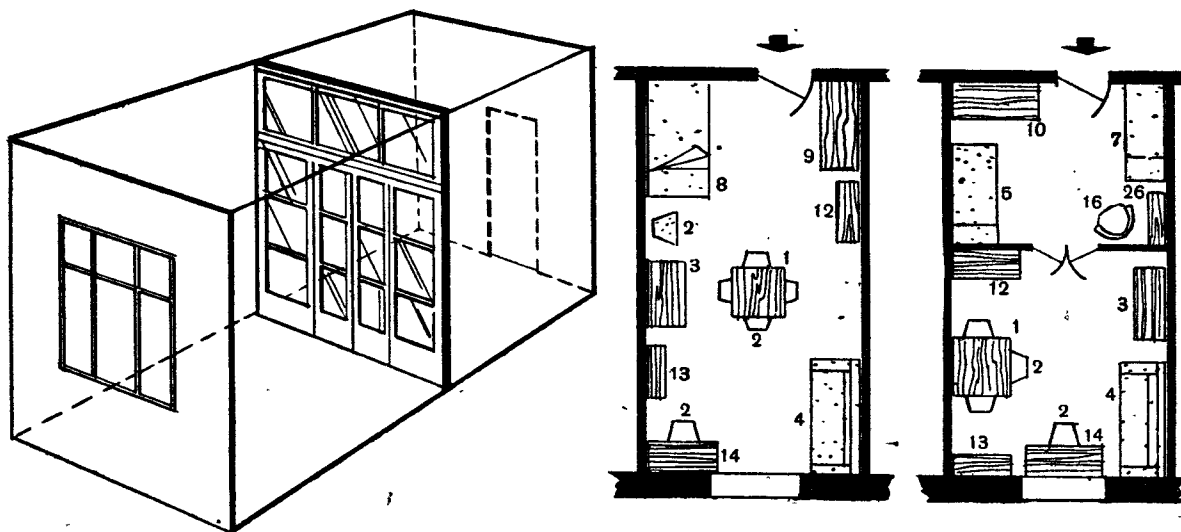


Рис. 1. Перепланировка удлиненной комнаты с одним окном.

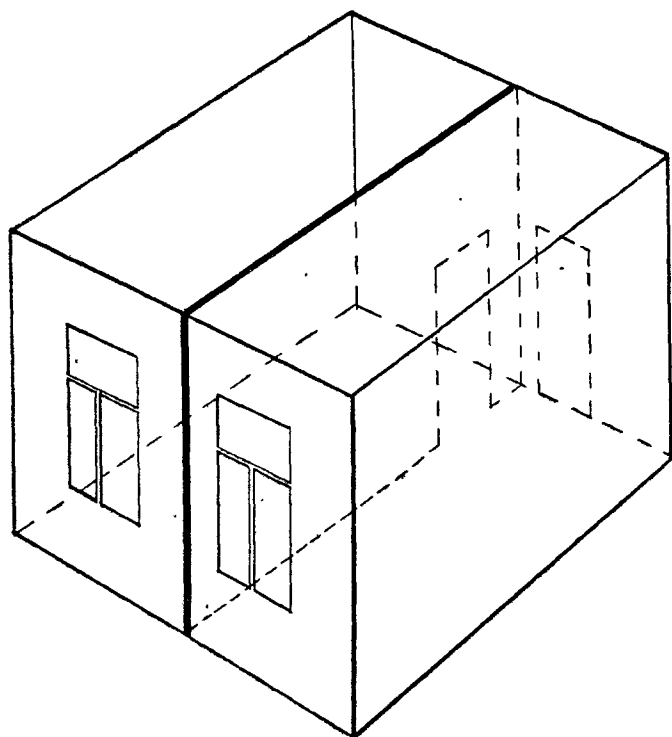
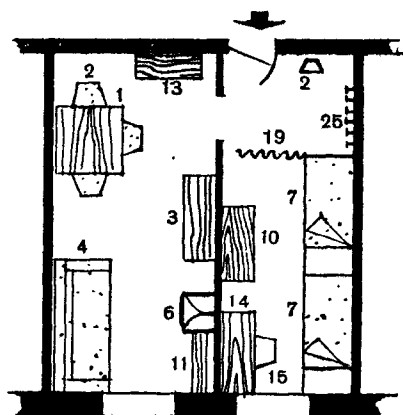
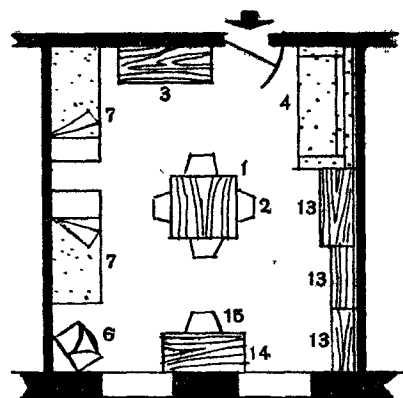


Рис. 2. Перепланировка квадратной комнаты с двумя окнами.



не меньше двух окон. Получающиеся при этом комнаты имеют хорошие пропорции (рис. 3).

И, наконец, наиболее благоприятной для перепланировки является угловая комната с окнами в двух стенах. На рис. 4 дан пример такой перепланировки.

Большую комнату, даже с одним окном, можно сделать значительно удобнее, отгородив в ней искусственный альков (нишу).

Правильно распланированный и задернутый занавесом такой альков удобен для сна, для работы. На рис. 5 показано примерное устройство такого алькова.

Было бы неправильным, однако, утверждать, что перепланировка во всех случаях возможна и легко осуществима. Порой возникают препятствия, которые трудно преодолеть.

Одним из таких препятствий может ока-

Условные обозначения к рис. 1, 2, 3, 4, 5, 11, 12, 22, 27, 28, 29, 46, 50

- 1 — стол обеденный,
- 2 — стулья,
- 3 — буфет или сервант,
- 4 — диван,
- 5 — кушетка,
- 6 — стол для телевизора или радиоприемника,
- 7 — кровать односпальная,
- 8 — кровать полутораспальная или двухспальная,
- 9 — тумбочка прикроватная,

- 10 — шкаф для платья и белья,
- 11 — туалетный стол с зеркалом,
- 12 — комод для белья,
- 13 — шкаф книжный или шкафы секционные,
- 14 — стол письменный,
- 15 — рабочее кресло,
- 16 — кресло для отдыха,
- 17 — торшер,
- 18 — тумбочка для постельного белья,
- 19 — занавес на штанге,
- 20 — банкетка,
- 21 — секретер,

- 22 — опора со штангой,
- 23 — полка для белья,
- 24 — полки для одежды,
- 25 — вешалка для одежды,
- 26 — столик,
- 27 — холодильник,
- 28 — умывальник,
- 29 — туалетная комната,
- 30 — ванна,
- 31 — газовая плита,
- 32 — рабочий кухонный стол,
- 33 — стол для мойки,
- 34 — шкаф кухонный,

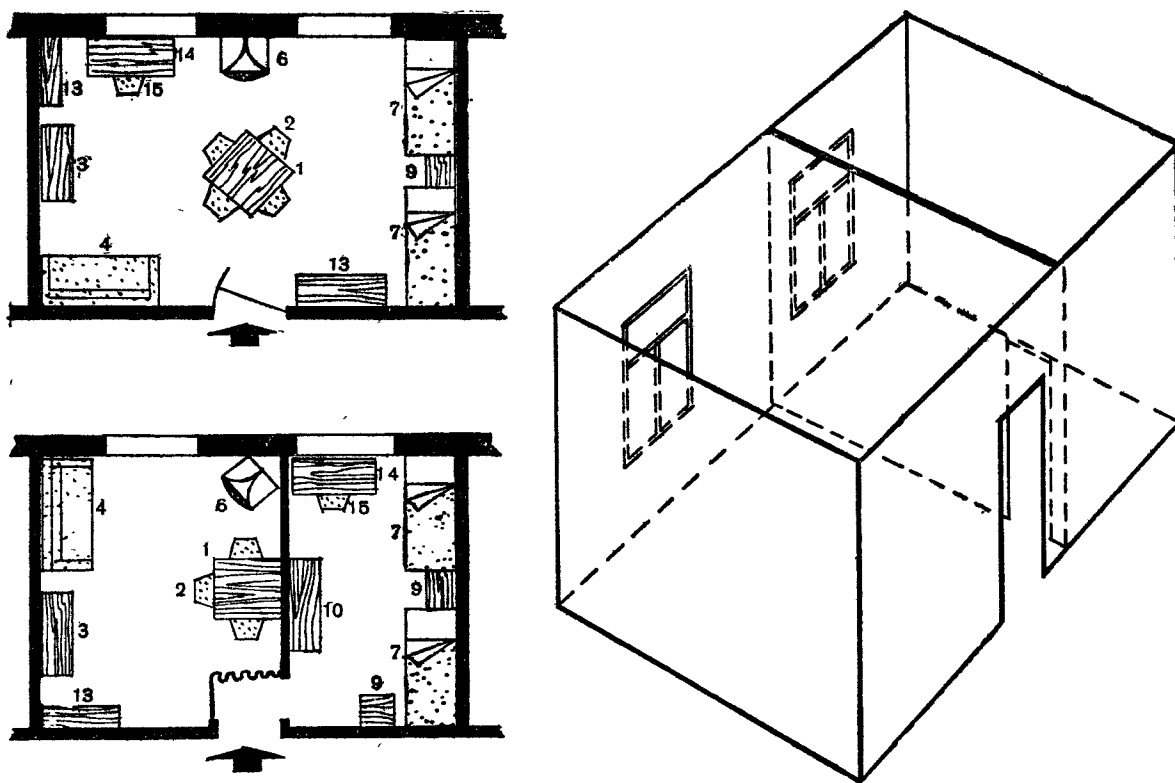


Рис. 3. Перепланировка комнаты с большей стороной вдоль окон.

заться неудобное расположение дверей, в особенности если дверной проем сделан в капитальной кирпичной стене.

Затрудняет перепланировку наличие в комнате карнизов, расположенных по стенам, у потолка. Устройство карнизов с двух сторон новой перегородки требует дополнительных расходов. Поэтому надо прежде серьезно обдумать, упростить ли карнизы по форме или вовсе снять их.

Во многих помещениях имеются розетки для люстр, расположенные посередине потолка. При установке новой перегородки розетка может оказаться в совершенно неподходящем месте и ее лучше сбить.

Невозможно предусмотреть и перечислить все затруднения, которые могут возникнуть при перепланировке вашей квартиры или комнаты. Приступая к перепланировке, связанной с различными строительными работами, нужно, конечно, посоветоваться со специалистами, а также с работниками районного архитектурно-строительного контроля.

Во многих домах, особенно в домах старой постройки, стены имеют ниши, выступы

и уступы. Эти архитектурные детали нетрудно приспособить для устройства стенных шкафов различного назначения.

Наиболее целесообразным является устройство встроенных шкафов для платья и белья, а также для хранения хозяйственных предметов и инвентаря. Встроенные буфеты или книжные шкафы рационально устраивать только в том случае, если глубина их будет не менее 0,30—0,40 м (рис. 6).

Одежда во встроенных шкафах для платья и белья висит на плечиках, подвешиваемых на штангу, а белье хранится на полках, которые иногда делаются выдвижными.

Шкафы для платья и белья должны иметь глубину 0,60 м в том случае, если штанга для развески платья устроена параллельно фасаду, и 0,45 м — если штанга укреплена перпендикулярно фасаду шкафа.

При высоте комнаты не меньше 2,70 м такие шкафы можно разделить на два яруса (отделения) с самостоятельными дверками в каждом. Нижнее, большее отделение отводят для хранения платья и белья, а верх-

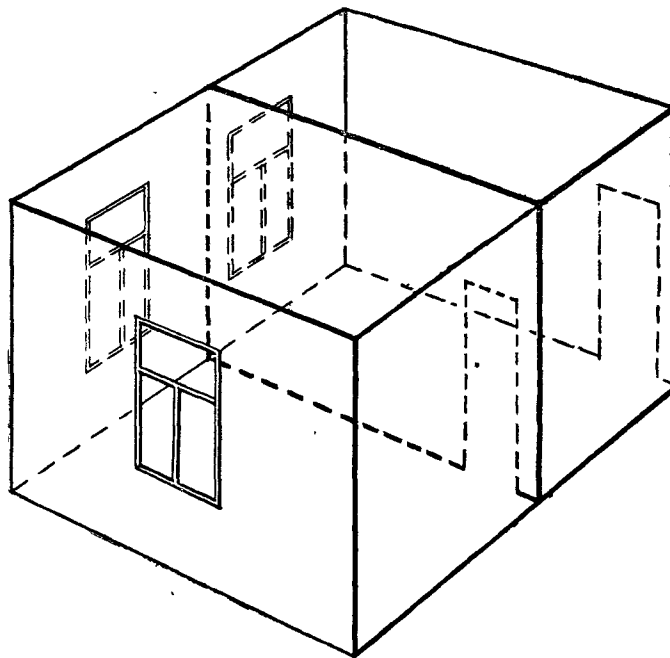
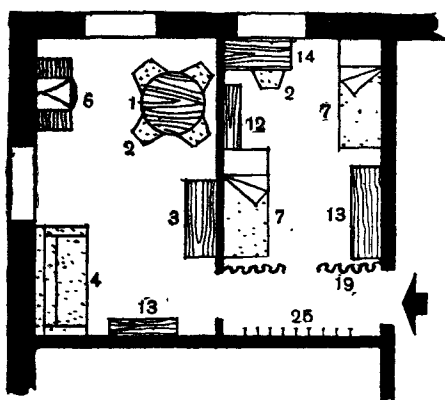
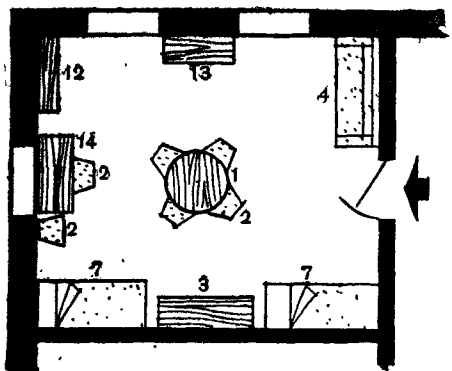


Рис. 4. Перепланировка угловой комнаты с окнами, расположенными в двух стенах.

нее — для хранения чемоданов и других редко употребляемых вещей (рис. 7).

При высоте комнаты меньше 2,70 м устройство изолированного верхнего отделения шкафа нерационально.

Обычные встроенные шкафы могут быть с дверками, выходящими в жилую комнату или в подсобные помещения квартиры (рис. 8).

Удобно, когда встроенные шкафы для хранения предметов домашнего обихода (щеток, пылесоса, электрополотера и т. п.) имеют дверки, выходящие в коридор, переднюю. Такие шкафы также могут иметь два яруса с самостоятельными дверками в каждом (рис. 9).

Желательно, чтобы нижний ярус шкафа для хозяйственного инвентаря состоял из двух отделений: одно — с полками для хранения небольших вещей и другое — без полок, для таких предметов, как стремянка, гладильная доска, щетки для уборки, корыто, лыжи. Полки первого отделения могут быть передвижными по высоте.

Если стенной шкаф небольшой глубины хотят использовать как книжный, его делают либо совсем без дверки, либо застекленным.

Дверку шкафа, предназначенного для платья или белья, можно одновременно использовать и как туалетный столик. Для этого с наружной стороны деревянной дверки (в этом случае она должна быть только одностворной) вставляют зеркало и пристраивают к нему небольшой подзеркальник — полочку с бортиком для предметов туалета.

Наружную отделку шкафа можно делать такой же, как и у прилегающих стен, то есть окрашивать его той же масляной краской или оклеивать теми же обоями. Внутри шкаф также можно оклеить обоями или окрасить масляной краской. Марка клеевая краска для этой цели непригодна.

Встроенный шкаф имеет много преимуществ перед передвижным мебельным шкафом. При высоте от пола до потолка он гораздо вместительнее мебельного, а кроме того — значительно дешевле: на его изготовление не расходуется ни дорогой рабочей силы, ни дорогих материалов. Нужны лишь легкие двери, полки, небольшие перегородки.

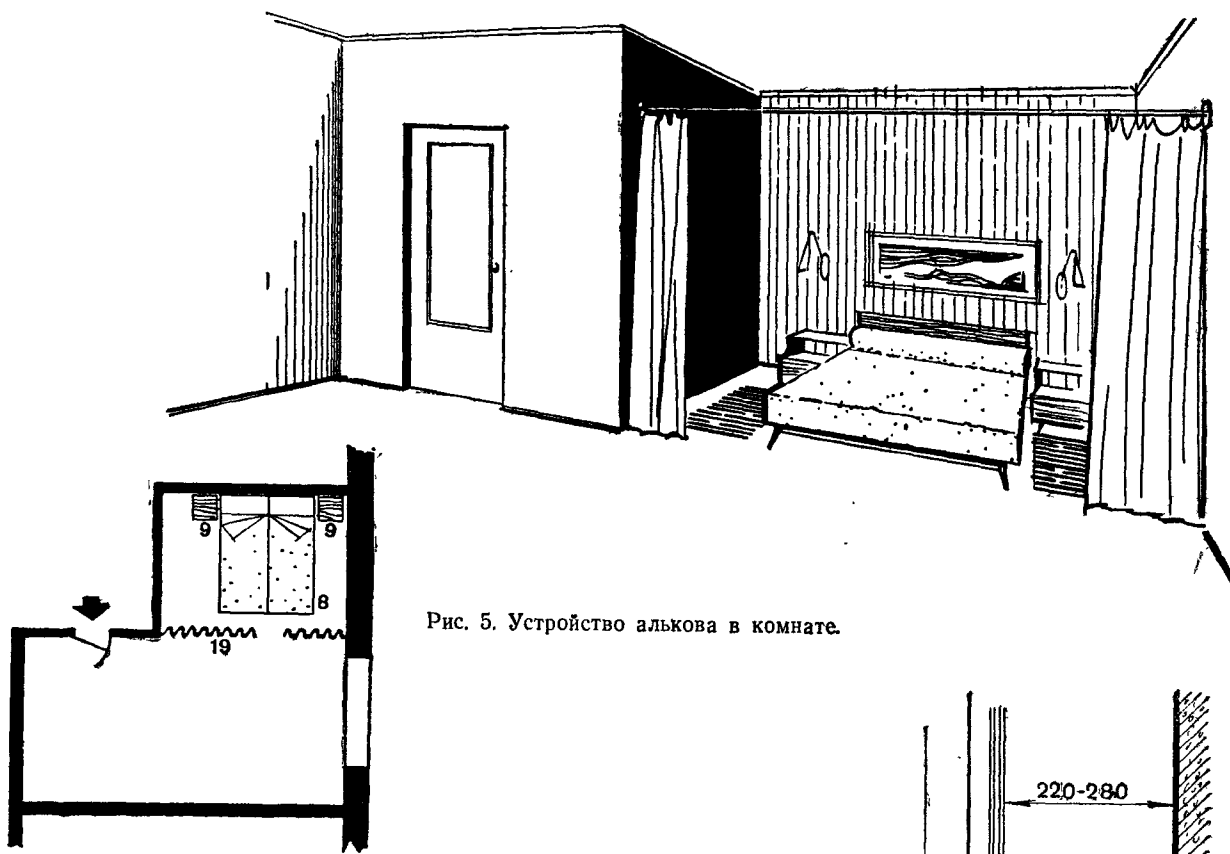


Рис. 5. Устройство алькова в комнате.

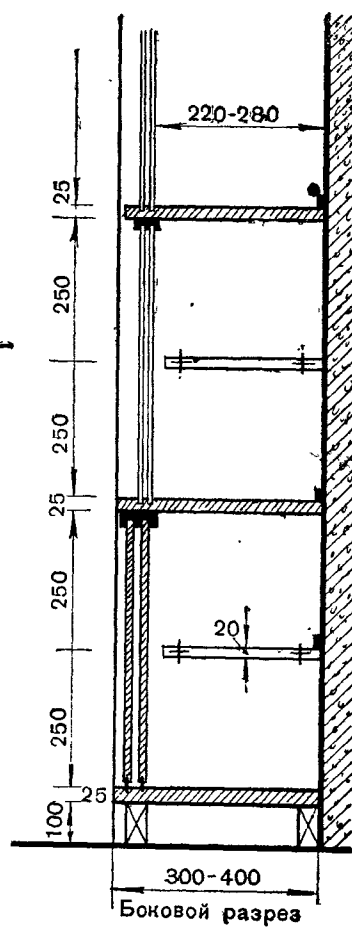
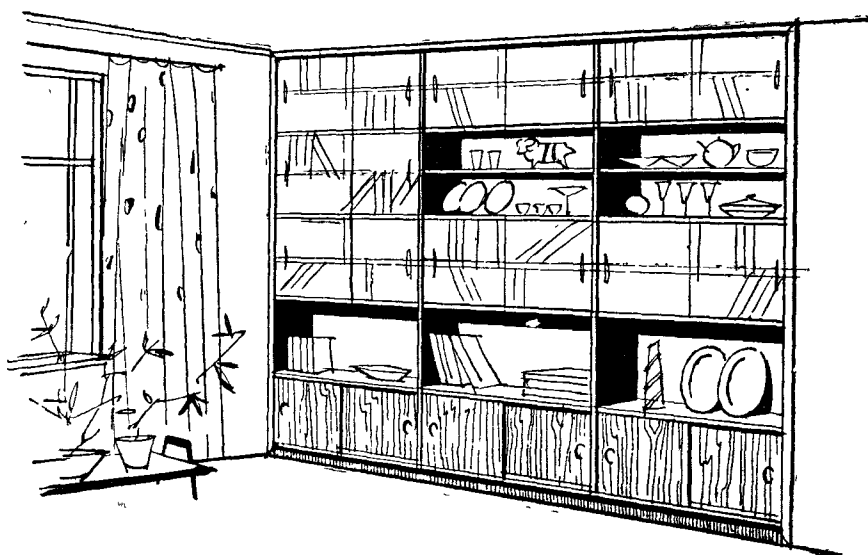


Рис. 6. Встроенный шкаф для книг и декоративной посуды.

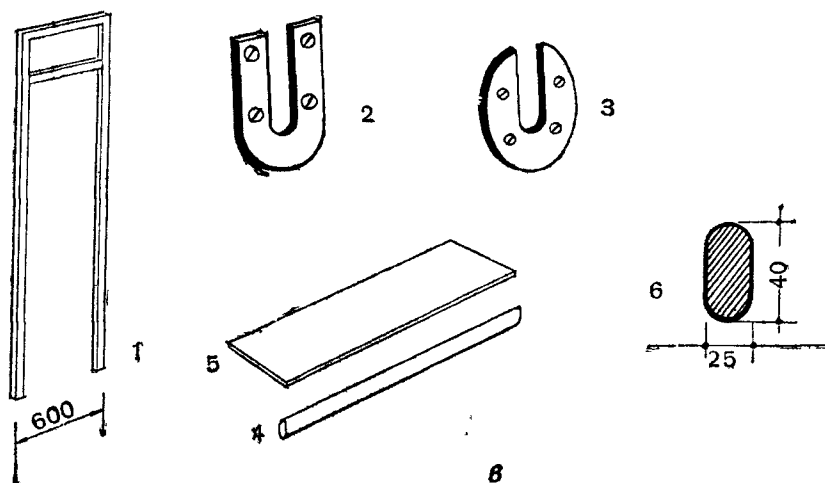
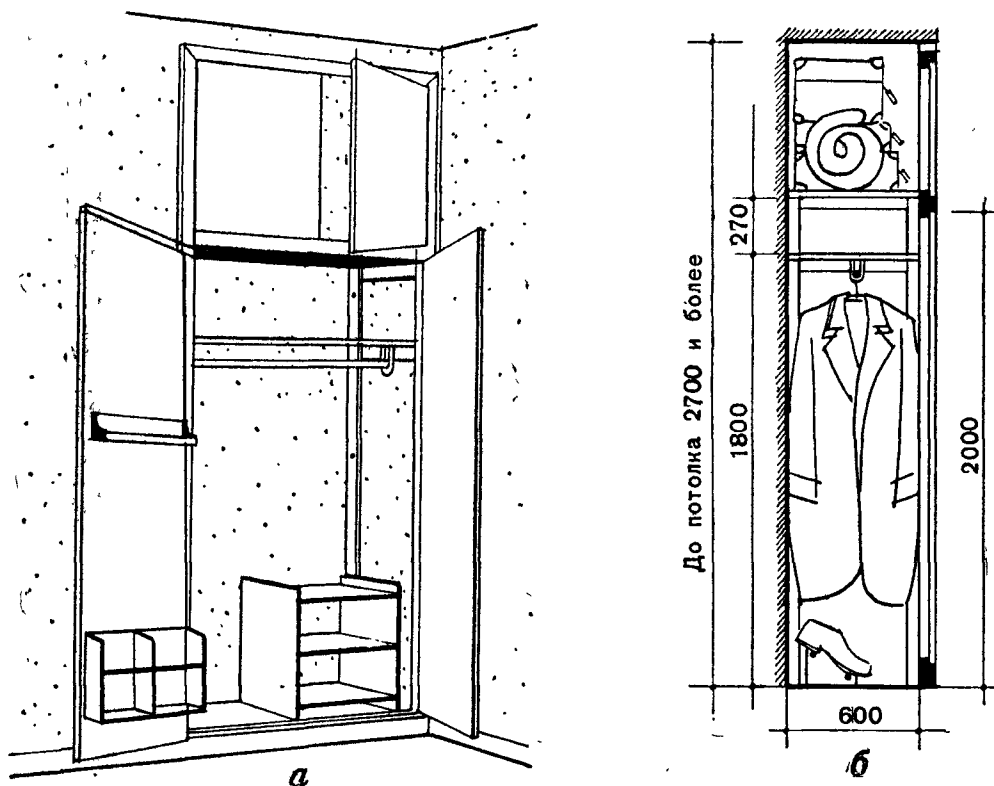


Рис. 7. Встроенный шкаф для платья, белья и хозяйственных вещей:

а — внешний вид шкафа; *б* — боковой разрез; *в* — детали оборудования шкафа: стойка опорная (1), ушко (2) и розетка (3) для штанги (4), полка (5) и сечение штанги (6).

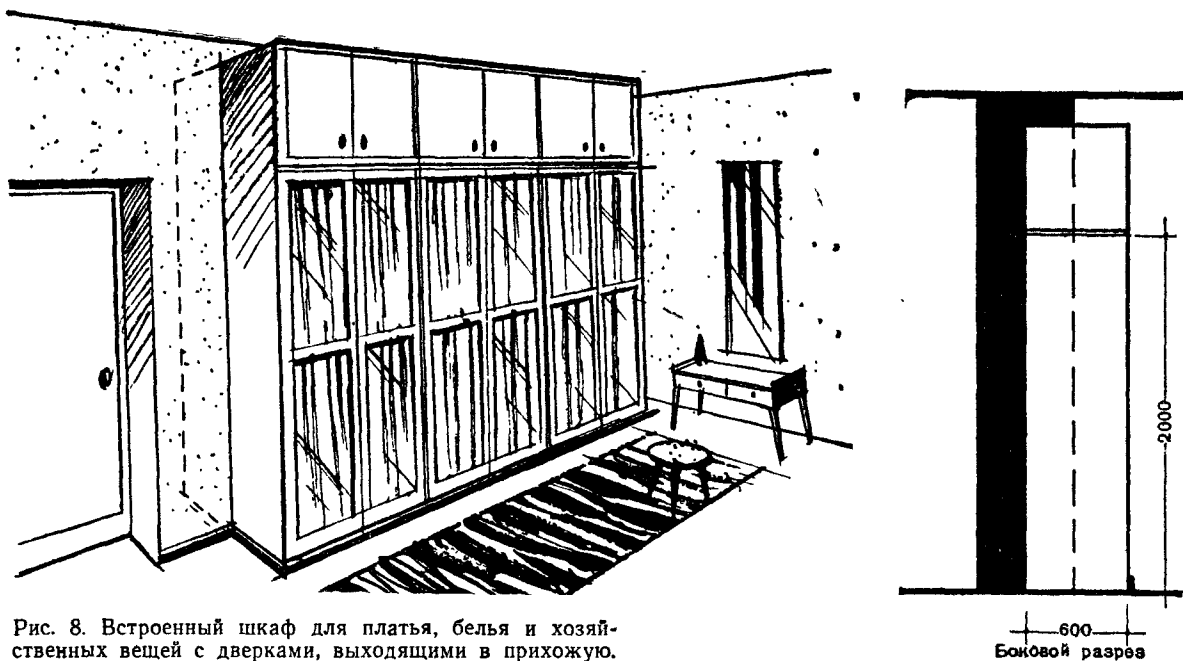


Рис. 8. Встроенный шкаф для платья, белья и хозяйственных вещей с дверками, выходящими в прихожую.

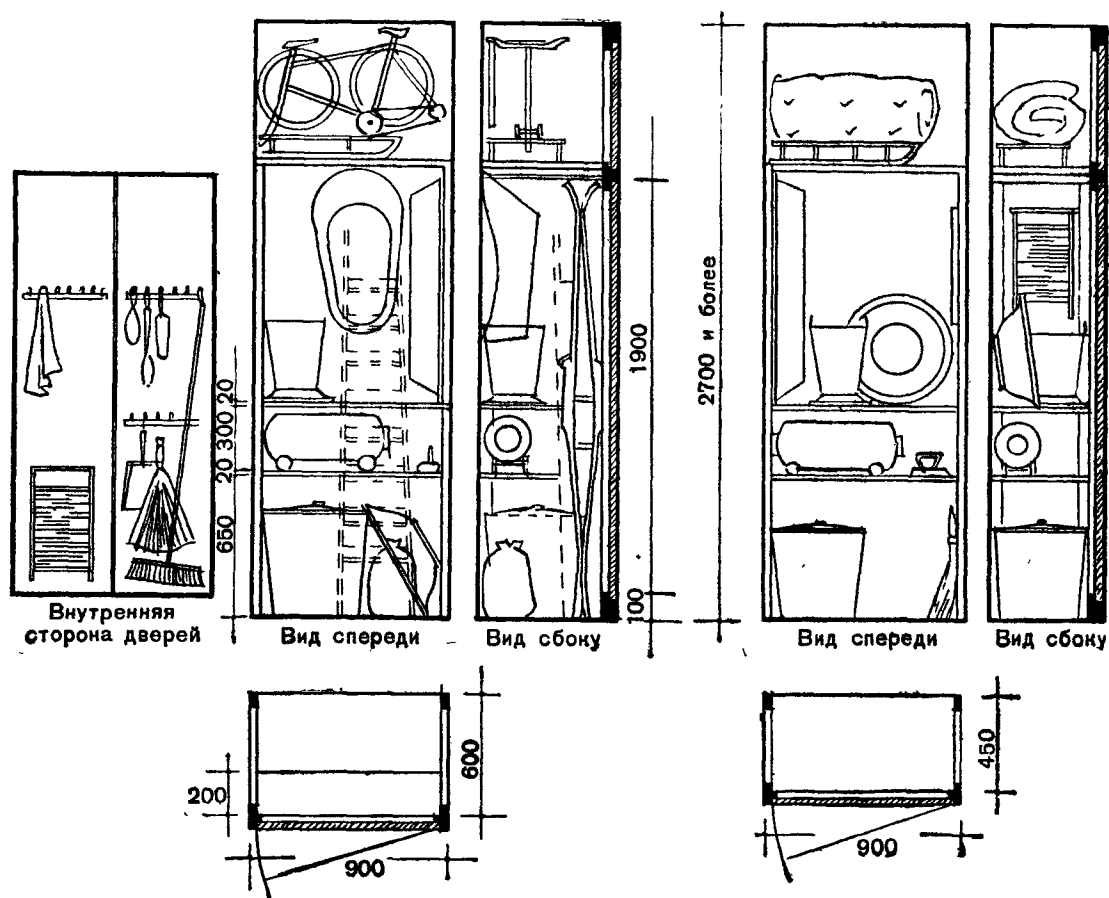


Рис. 9. Устройство шкафов глубиной 0,6 и 0,45 м и расположение в них хозяйственных вещей.

Рис. 10. Шкаф-перегородка.

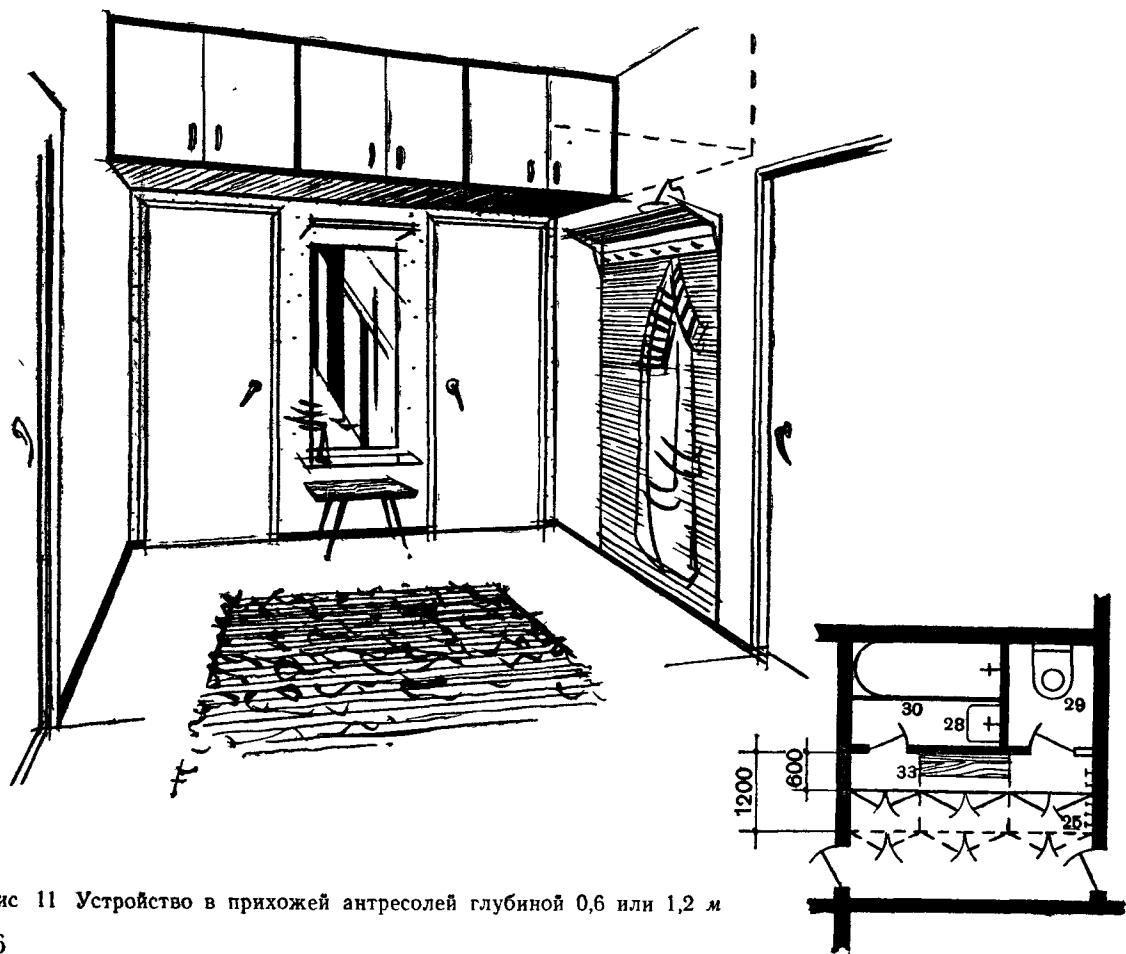
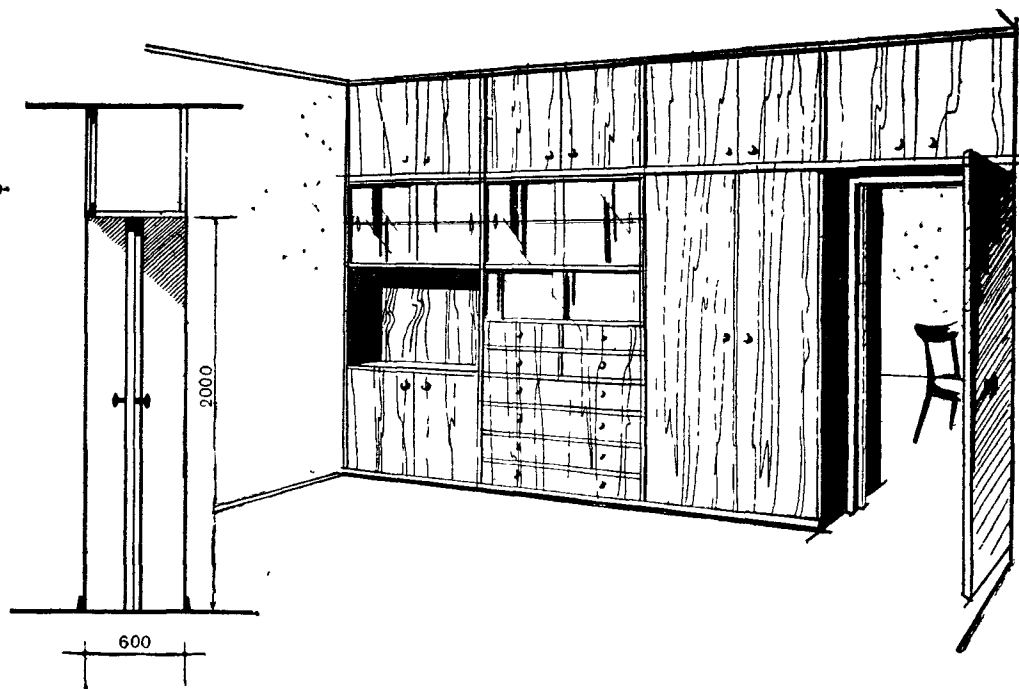


Рис 11 Устройство в прихожей антресолей глубиной 0,6 или 1,2 м

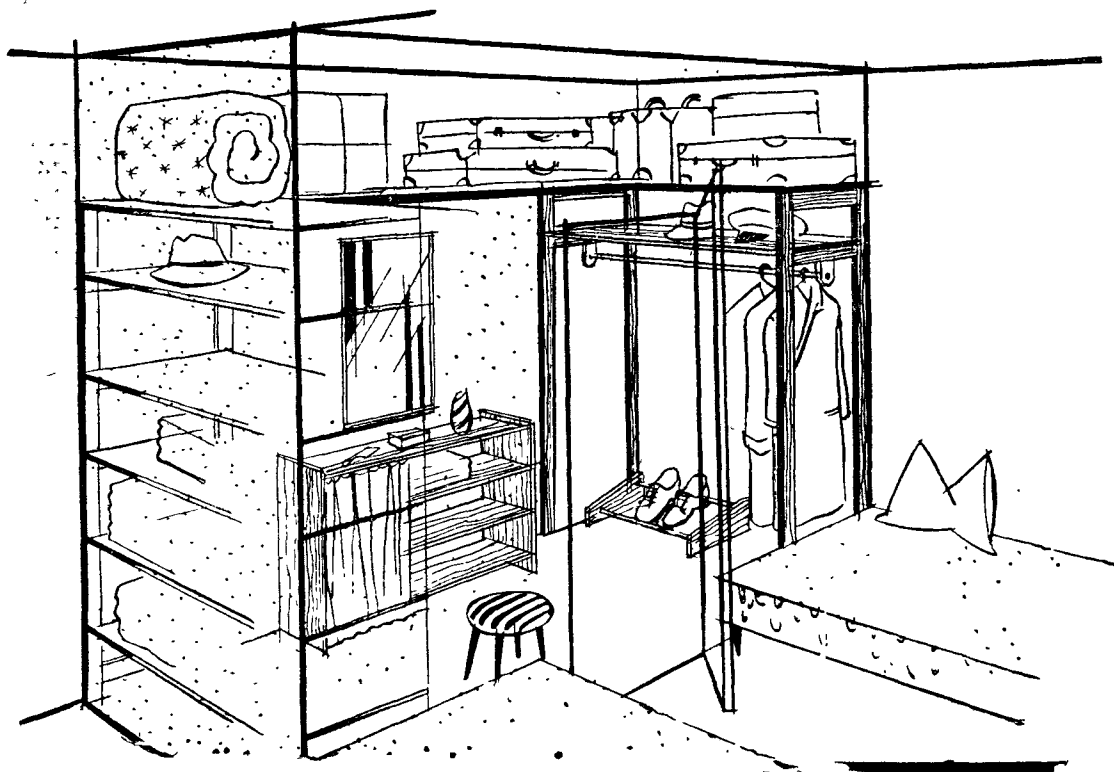


Рис. 12. Расположение гардеробной в комнате.

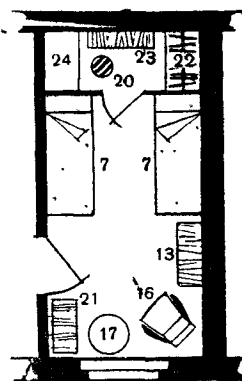
Иногда в комнате устраивают так называемые шкафы-перегородки. В них можно хранить одежду, посуду, книги, хозяйственные вещи (рис. 10).

Кроме стенных шкафов, большие удобства представляют антресоли (рис. 11), которые обычно устраивают в прихожей, коридоре, ванной комнате, кухне.

Если высота помещений в квартире не менее 3 м, то можно устроить антресоли высотой 0,7—0,8 м. При этом высота прохода под антресолями будет вполне достаточной. Надо учесть, что наиболее удобная глубина антресолей до 1,5 м.

Если вы делаете дверки у антресолей в одну створку, придерживайтесь размера 70×70 см. При двух створках наилучшая ширина дверок 1,1 м. Снизу антресоли могут быть обиты листами сужой штукатурки или фанерой и окрашены клеевой краской. Внутри рекомендуется окрашивать антресоли масляной краской.

В коммунальной квартире антресоли желательно строить с таким расчетом, чтобы каждая семья имела свои отделения.



Чтобы удобнее пользоваться антресолями, обзаведитесь устойчивой лестницей-стремянкой. Она, впрочем, нужна в каждом домашнем хозяйстве и не только для антресолей, но и для самых различных работ по уборке и ремонту помещений.

В малометражных, особенно однокомнатных, квартирах некоторых новых жилых домов имеются специальные гардеробные (рис. 12). Такая гардеробная представляет собой особый встроенный в стену шкаф площадью 2—3 м², куда можно войти, чтобы переодеться; там хранятся одежда, хозяйственные вещи. В гардеробной обычно имеется освещение.

МЕБЕЛЬ

Особенности современного жилища во многом изменили, модернизировали и усовершенствовали все бытовое оборудование и в том числе мебель.

Ушли и уходят в прошлое сундуки, лари, укладки и лавки старых бедняцких жилищ, крупная, громоздкая мебель барских особняков.

Простые строгие линии современной мебели, гладкие поверхности, отсутствие вычурных украшений, небольшие размеры и умеренная высота — вот то, что удобно для нашего жилища и образа жизни.

Современная мебель в ее лучших образцах строго отвечает своему практическому назначению. Именно в целесообразности и удобстве ее главная привлекательность.

Современное жилище имеет небольшую высоту. За рубежом в некоторых странах предусматривают высоту жилых комнат 2,4 м. В наших новостройках принята высота помещения 2,7 м. Этим можно объяснить снижение современной мебели, увеличение ее размеров по горизонтали, а не по вертикали. Поэтому буфеты заменены сервантами, высокие комоды и гардеробы — широкими тройными шкафами, трельяжи — низкими туалетными столиками, а диваны и кровати утратили свои высокие спинки. Вообще вся современная мебель как бы уменьшила свой рост, свою высоту, что, по сегодняшним нашим потребностям и вкусам, и удобно, и красиво, и наиболее подходит для меблировки комнат.

Необходимо, однако, отметить, что чрезмерное снижение высоты шкафов уменьшает их вместимость, а это особенно неудобно там, где квартира состоит из небольших комнат и негде ставить шкафы, сильно увеличенные по горизонтали. Поэтому вряд ли следует считать приемлемой высоту шкафов менее 1,6—1,8 м.

В меблировке каждого жилища, в создании уюта главную и решающую роль играет не столько красота и ценность отдельных вещей, сколько сочетание предметов убранства и мебели, общность этих вещей, их единство.

Хорошо обработанная светлая мебель из недорогих пород дерева, простые удобные стулья и стол, светлые занавески на окне и такая же светлая скатерть на столе, недорогая ваза и букет ландышей создадут уют в комнате. Все эти вещи объединяет про-

стога, светлые тона окраски и впечатление «свежести».

Не стремитесь приобрести одну-две дорогие вещи, в особенности если они никак не сочетаются со всей остальной мебелью вашей комнаты. Постарайтесь, чтобы всю обстановку, пусть самую скромную и незатейливую, объединяли удобство, уют, чистота.

В продаже имеются готовые ансамбли — так называемые мебельные гарнитуры. Эти вещи обычно красивы и удобны. Вы можете и сами составить такой гарнитур, покупая мебель постепенно, в течение двух-трех лет. Одна ваша покупка может состоять из стульев, которые вы подберете к имеющемуся у вас столу. В следующую покупку постарайтесь подобрать к столу и стульям наиболее подходящий сервант и т. д.

При покупке новой мебели обратите внимание на ее отделку, форму и рисунок. Значительно менее важна цена дерева, чем красота формы и отделки предмета. Но не жертвуйте удобствами в пользу только одной внешней привлекательности. Не забывайте, что вы в своей квартире не случайный посетитель или гость, которому вещи нравятся только по их внешнему виду. В этих стенах, с этой мебелью вы будете жить не один год. Эти вещи будут служить вам ежедневно, окружать вас постоянно, и если они неудобны, то никакая красота не заменит и не восполнит удобства — главного качества всякой мебели, всякого бытового приспособления или инвентаря.

Гармоничность и единство обстановки зависят не только от породы дерева, формы, рисунка. Вещи может объединять их цвет — окраска.

Представим себе, что в вашей комнате стоит тахта из пружинного матраца, обеденный стол, несколько стульев, два кресла и все эти вещи сделаны из разных пород дерева и столь различной формы, что никакого единства между ними нет.

Попробуем объединить их и создать ансамбль. Для этого купите ситец или другую дешевую ткань приятного светлого тона с некрупным рисунком или в клетку; сделайте чехол на диван и кресла; повесьте занавески из этого материала на окна, и если стены вашей комнаты будут окрашены в один из основных цветов материала — получится тот ансамбль, который

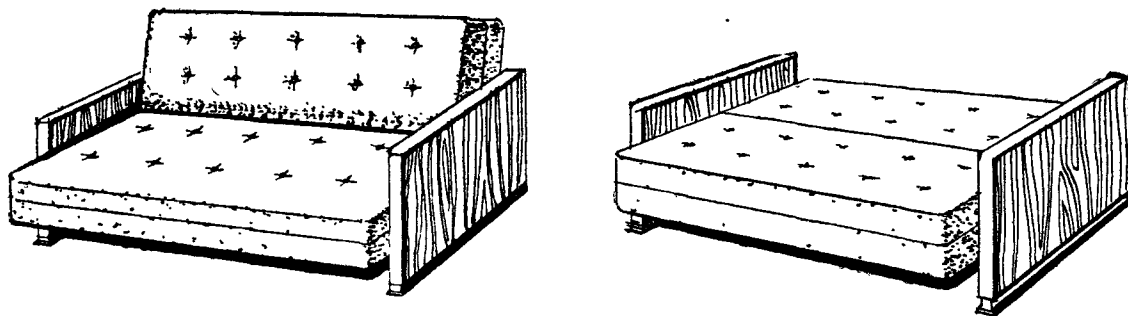


Рис. 13. Кровать-диван в сложенном и разложенном виде.

украсит ваше жилище и придаст ему привлекательный и уютный внешний вид.

На рис. I и II (см. цветные вклейки) даны экспозиции одной и той же комнаты, но в разных цветах, в различных красочных сочетаниях.

На рис. III—VII (см. цветные вклейки) показаны цветовые сочетания, которые можно использовать в убранстве столовой, спальни, кабинета, детского уголка, прихожей.

Если в вашем распоряжении есть только одна комната, пожалуй не следует ставить в ней кровати. Несмотря на то, что кровать, бесспорно, наиболее удобная и гигиеничная мебель для сна, от нее в этом случае лучше отказаться, так как она не всегда удобна для дневного отдыха. Кроме того, кровать, в особенности если на ней светлое покрывало и подушки, придает комнате вид спальни, хотя назначение комнаты вовсе этим не ограничивается.

Кровать можно заменить кроватью-диваном (рис. 13) или креслом-кроватью

(рис. 14). Эти вещи сочетают все удобства, которые представляют кровать, диван и кресло, они занимают мало места, имеют привлекательный внешний вид, украшают жилище и вместе с тем днем служат для спокойного отдыха, а ночью — для удобного сна. При необходимости иметь две кровати вместо одной поставьте кровать-диван, а вместо другой — кресло-кровать.

Если у вас нет возможности в данное время приобрести эти вещи, используйте вместо кроватей пружинные матрасы на ножках. Пружинный матрас, покрытый ковром или декоративной тканью, вполне удобен и достаточно привлекателен, причем можно и в этом случае обойтись без больших расходов, сделав на такой матрас чехол из ситца или из другой дешевой ткани.

К тахте из пружинного матраса можно пристроить с одной стороны специальную тумбу для хранения постельного белья или столик для лампы, книг (рис. 15).

Два нешироких, односпальных матраса,

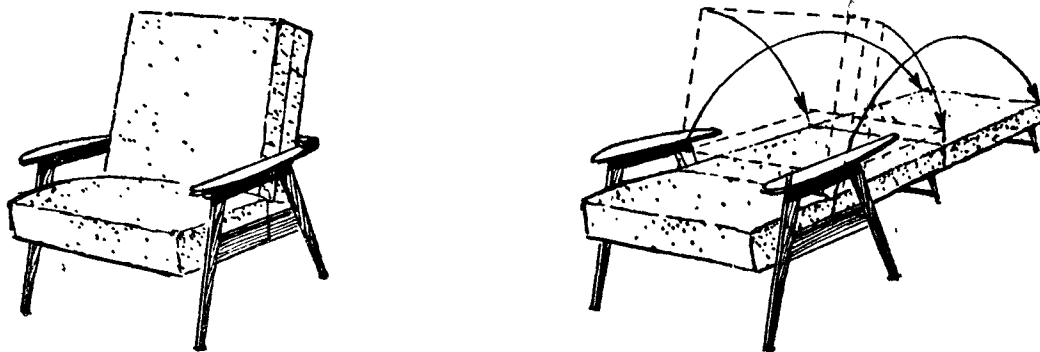


Рис. 14. Кресло-кровать в сложенном и разложенном виде.

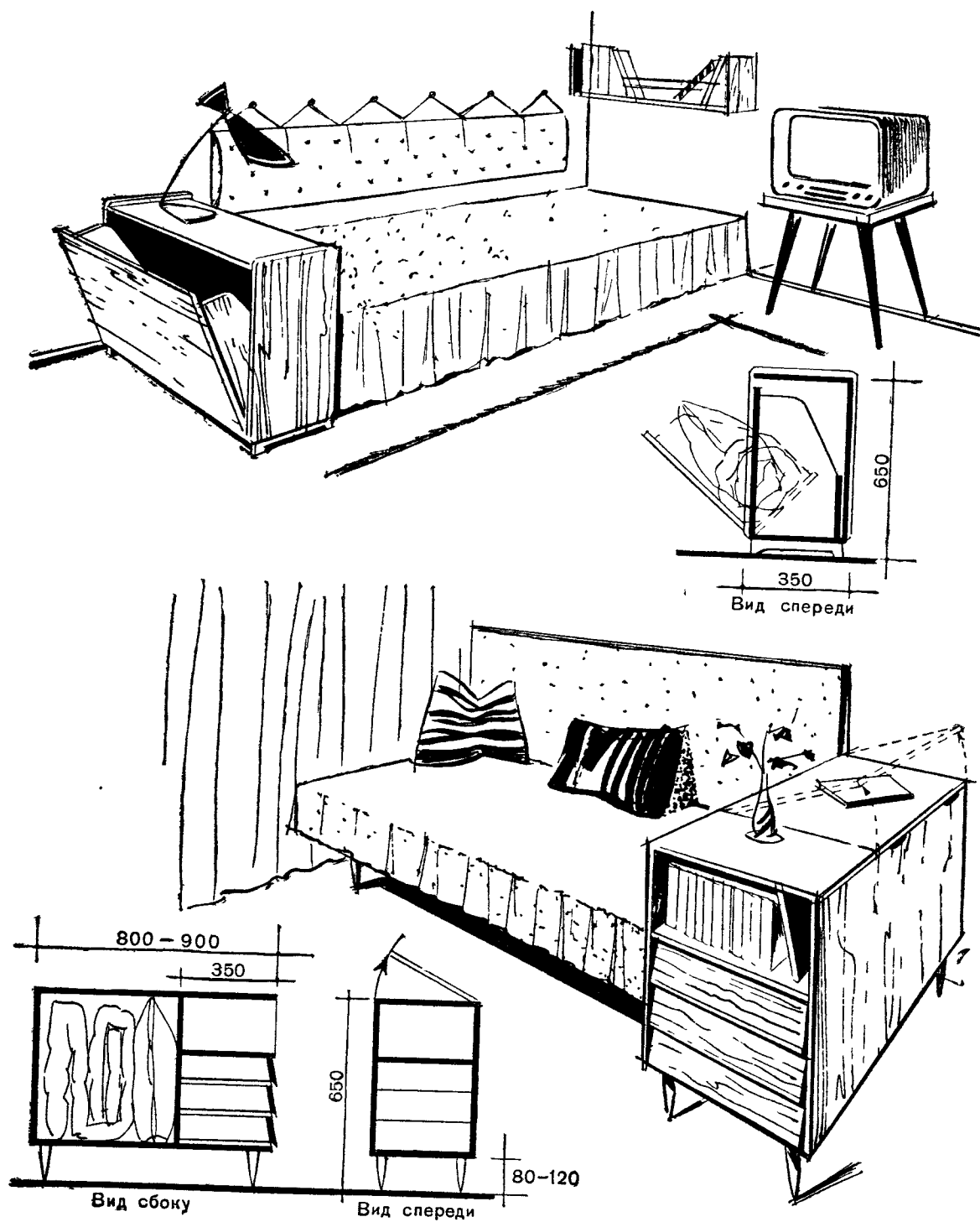


Рис. 15. Варианты кушеток из односпальных матрацев с ящиками для белья.

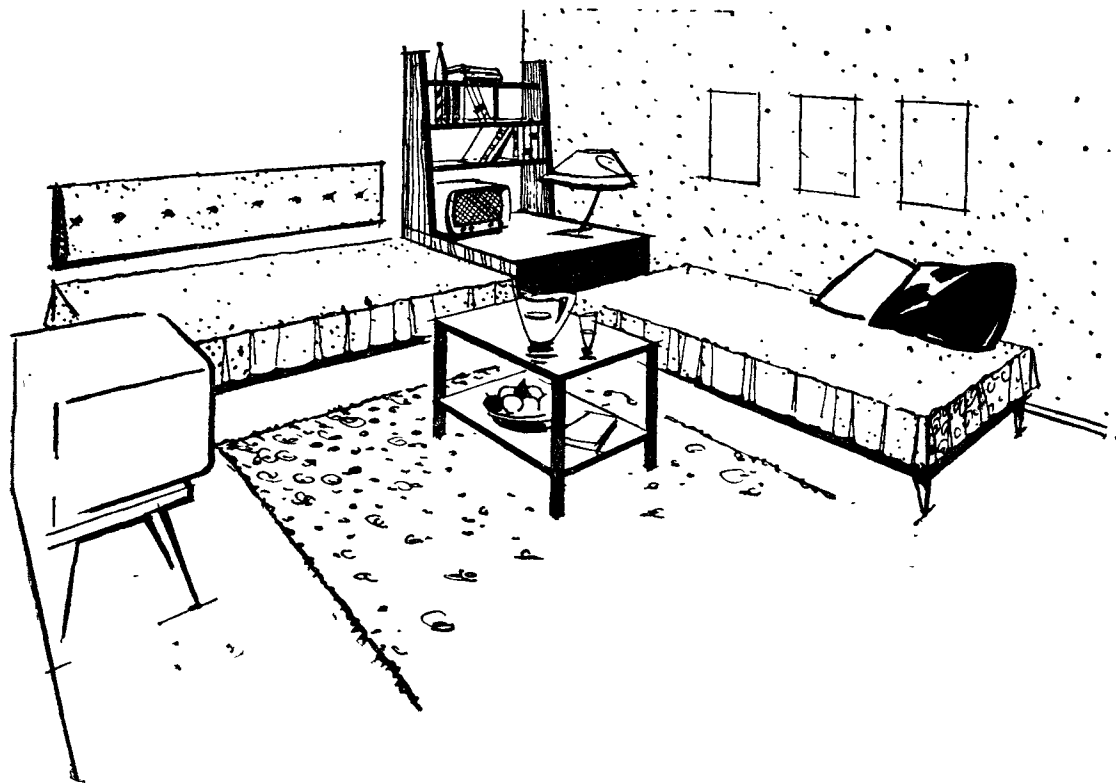


Рис. 16. Место для отдыха в комнате.

покрытые одинаковыми чехлами и поставленные углом, а между ними небольшой столик с полками — очень уютный уголок комнаты для сна, отдыха и чтения (рис. 16).

Круглый или овальный стол занимает меньше места, чем квадратный. За круглым столом можно разместить большее количество людей, чем за квадратным или прямоугольным.

Вообще же, если у вас только одна комната, обеденный стол не следует ставить посередине; более рационально поместить его в одном из углов, параллельно стене.

Крупную мебель — диван, сервант, письменный стол — не рекомендуется ставить друг против друга, по параллельным стенам, так как это сужает комнату.

Письменный и туалетный стол желательно ставить в тех местах, где свет из окон падает на них или спереди, или с левой стороны.

Наиболее удобно заменить письменный стол секретером (рис. 17), а туалетный —

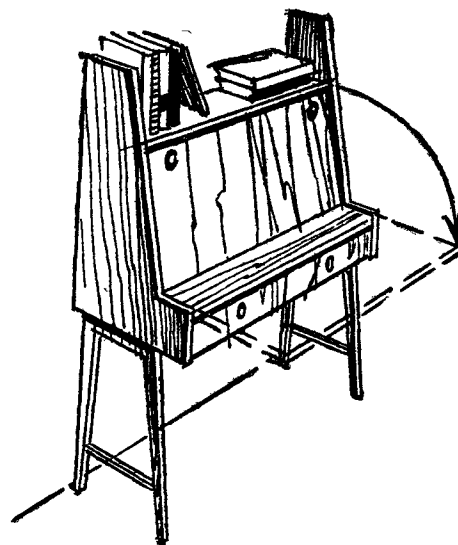


Рис. 17. Секретер.

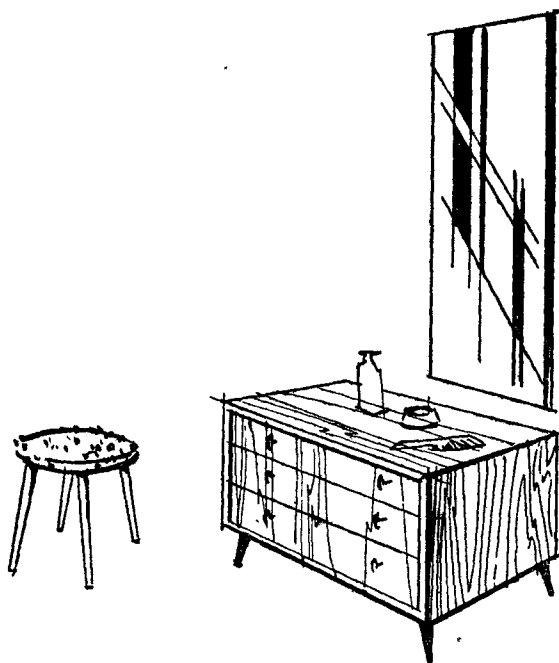


Рис. 18. Бельевой низкий шкафчик с зеркалом.

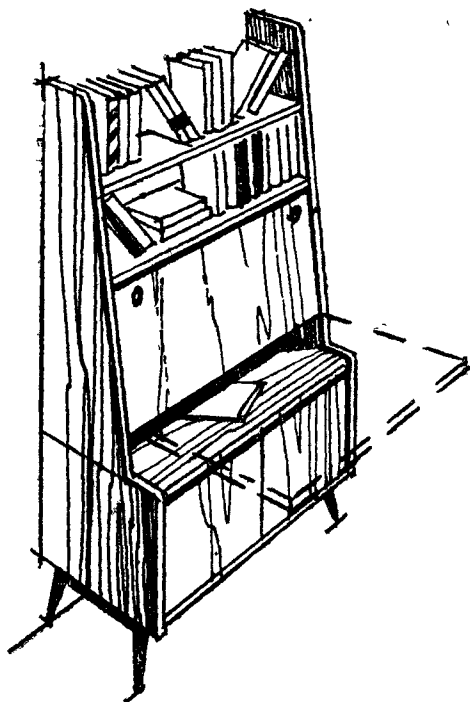


Рис. 19. Комбинированный секретер.

бельевым низким шкафчиком с зеркалом (рис. 18).

Сервант или буфет ставят вблизи обеденного стола.

Вообще для одной комнаты и для однокомнатной квартиры исключительно удобна комбинированная, секционная, встроенная и пристроенная мебель. Она, впрочем, хороша и удобна для всякой квартиры.

Кроме кресла-кровати и кровати-дивана, имеется еще, к примеру, комбинированный секретер, являющийся одновременно и местом для книг, бумаг, документов и письменным столом (рис. 19).

Сочетание серванта с выдвижным обеденным столом особенно удобно в маленькой комнате и при небольшом составе семьи (рис. 20).

Комбинированный диван, снабженный ящиками или специальными приспособлениями для хранения постели, полками или столиком для лампы, книг, безделушек, придает очень уютный вид помещению.

Комбинированный шкаф, состоящий из трех отделений, может вместить различные группы вещей: платье, белье, книги, спортивные принадлежности и т. п. Но следует помнить, что хранить в одном отделении пальто, платье, в другом — белье, а в третьем — продукты и посуду не рекомендуется.

К сожалению, ассортимент комбинированной мебели пока еще не велик, но мебельная промышленность, учитывая требования населения, будет расширять производство и массовый выпуск недорогой и удобной комбинированной мебели различных образцов.

Широкое распространение в нашем быту, безусловно, получит и так называемая секционная мебель. В качестве образца этой мебели можно привести застекленные полки, из которых собирают книжные шкафы. Каждая отдельная секция является вполне самостоятельной, что позволяет использовать ее как отдельный шкафчик или, собрав и соединив несколько секций, — как шкаф для книг, посуды.

Различные виды секционной мебели показаны на рис. 21.

Большое удобство и экономию площади дают стенные ниши. Обычно в них размещают крупную мебель — диван, кровать, шкаф и т. п. Во многих случаях наиболее целесообразно вместо того, чтобы ставить в нишу большой шкаф, приспособить саму

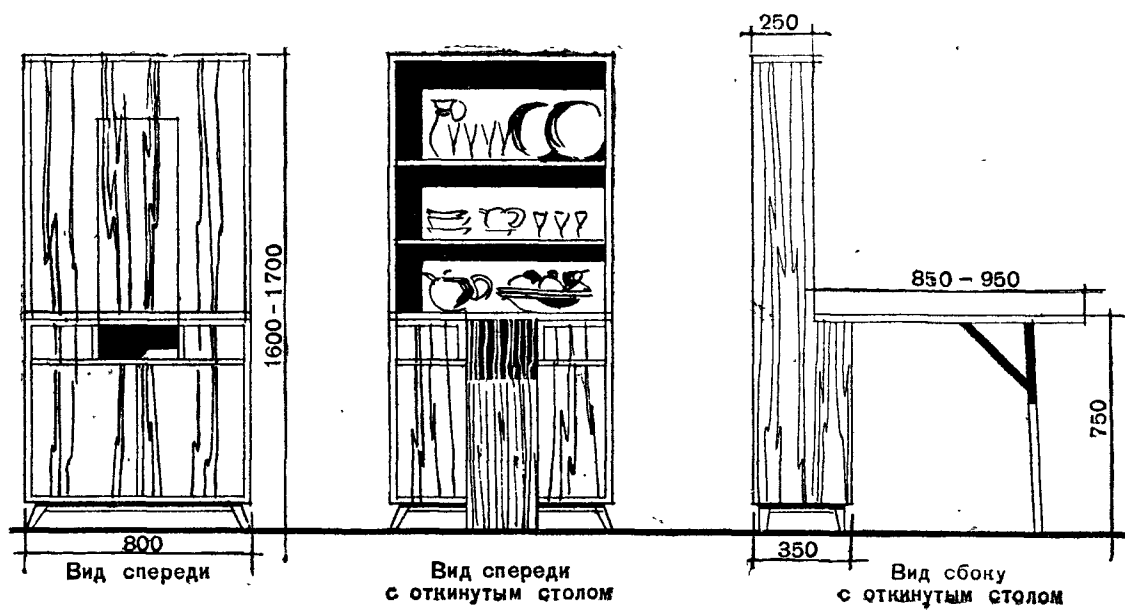
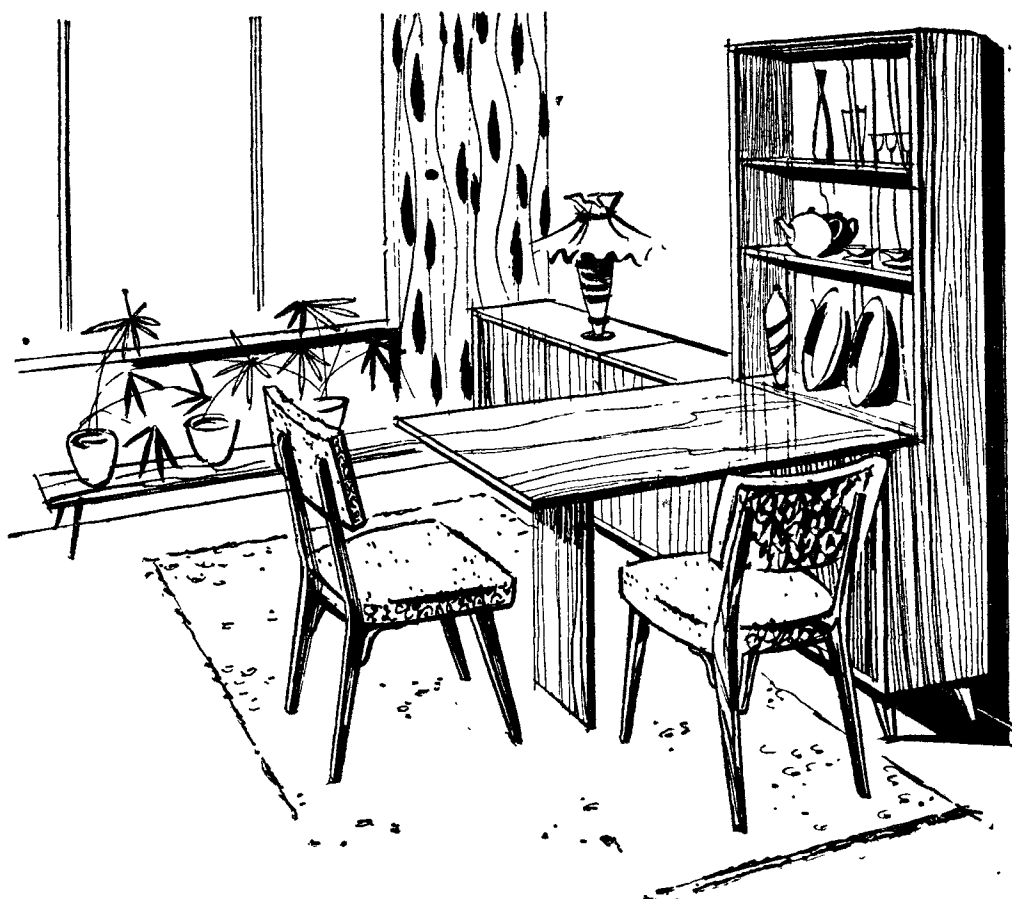


Рис. 20. Сервант с откидным столом.

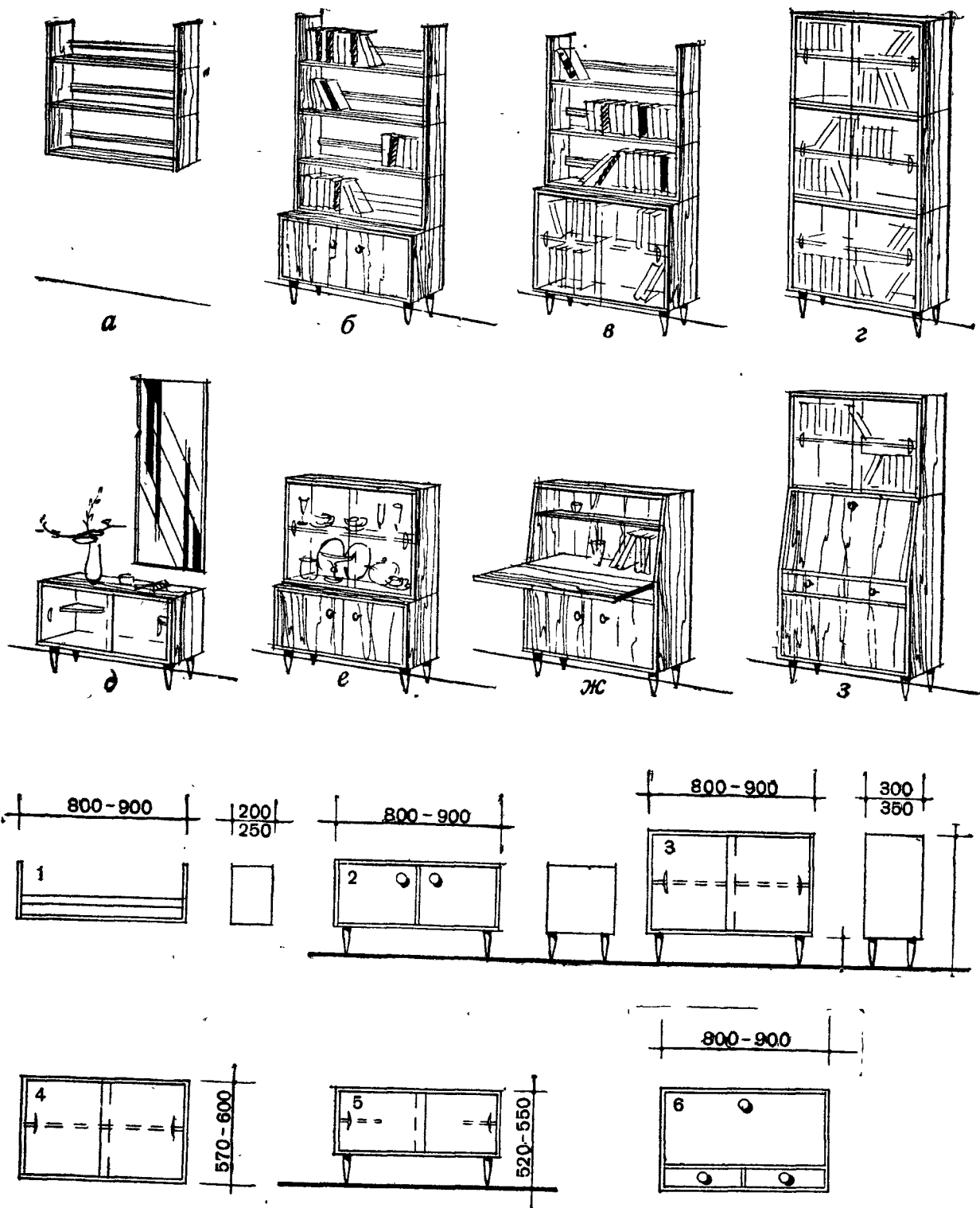


Рис. 21. Примеры формирования изделий из секций:

а — подвесные книжные секции (три книжные секции № 1); *б* — книжная этажерка (четыре книжные секции № 1 и одна нижняя книжная секция № 2); *в* — книжный шкаф с этажеркой (три книжные секции № 1 и одна книжная секция на ножках № 3); *г* — книжный шкаф (одна книжная секция на ножках № 3 и две книжные верхние или подвесные секции № 4); *д* — туалетный столик (одна нижняя туалетная секция № 5); *е* — посудный шкаф (одна секция № 2 и одна секция № 4); *ж* — секретер (одна секция № 2 и одна секретерная секция № 5); *з* — комбинированный секретер (одна секция № 5, одна секция № 6 и одна секция № 4).

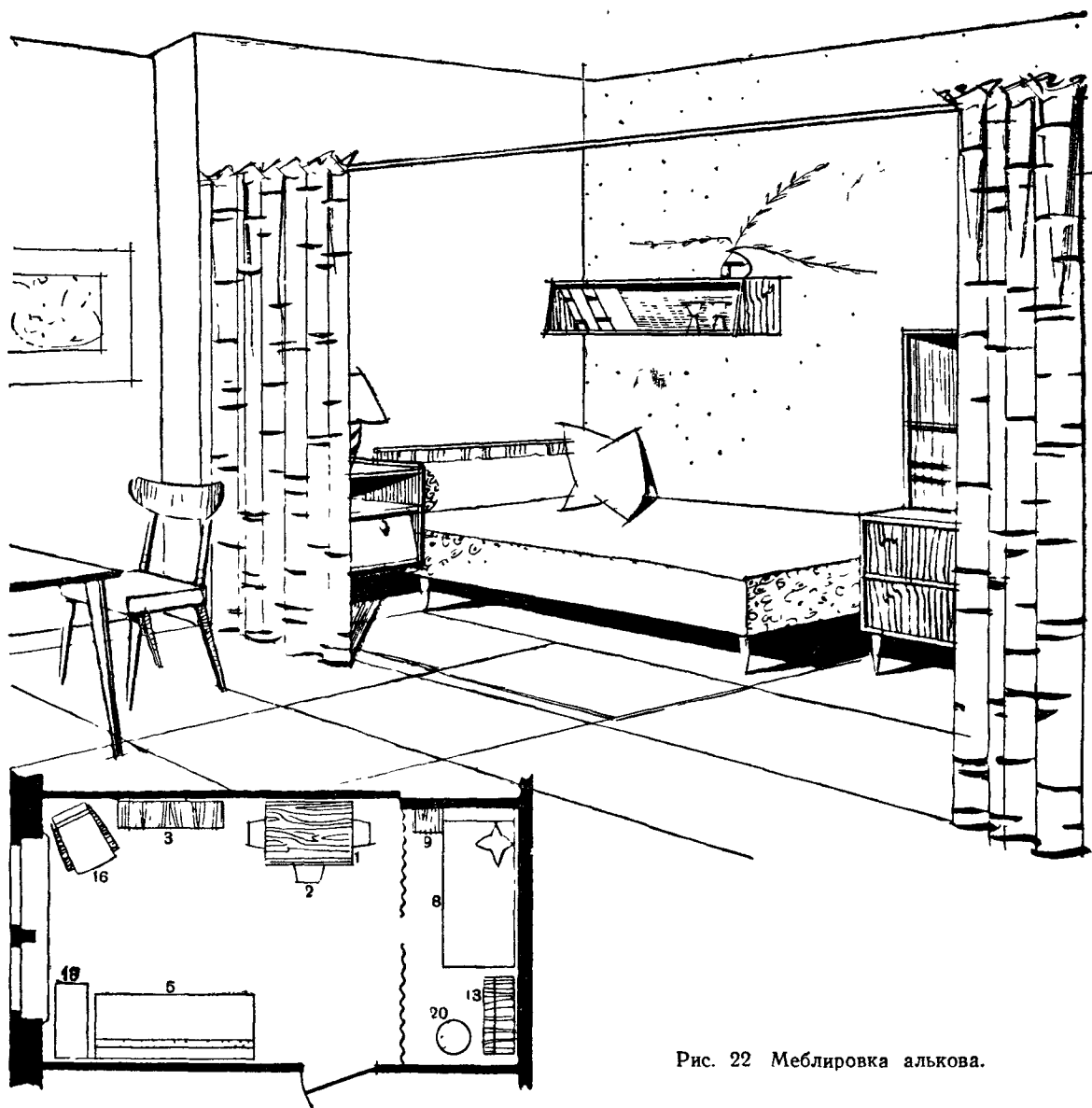


Рис. 22 Меблировка алькова.

нишу под шкаф, прикрепить там полки, разместить на полках книги и при желании повесить декоративную ткань или раздвигающимися драпировками.

Альков дает возможность устроить в одной комнате отдельную спальню или кабинет, а занавесь из мебельной ткани изолирует при желании эту часть комнаты от остальной площади (рис. 22).

Эркер (выступающая, застекленная часть жилого помещения) украшает комнату. Он очень удобен для устройства полок, на которые ставят домашние цветы, комнатный

аквариум. Если эркер хорошо утеплен, он пригоден для размещения в нем письменного стола (рис. 23).

Мало места занимают шкафы, пристроенные к углам комнаты (рис. 24), откидные столы у подоконников (рис. 25), висячие книжные полки у письменного стола (рис. 26).

Наиболее сухую, теплую, светлую часть комнаты нужно отвести для уголка ребенка. Об устройстве и оборудовании его вы прочтете на стр. 40—44.

При расстановке мебели в одной комна-

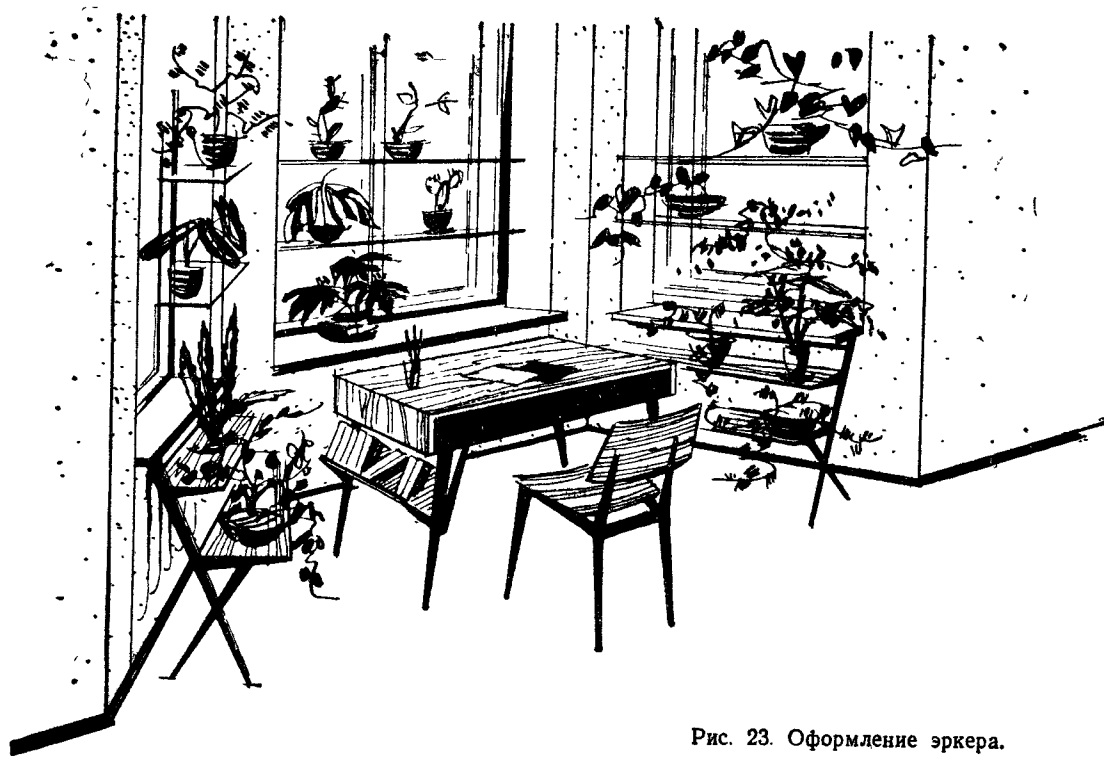


Рис. 23. Оформление эркера.



Рис. 24. Пристроенный шкаф для книг в углу комнаты.

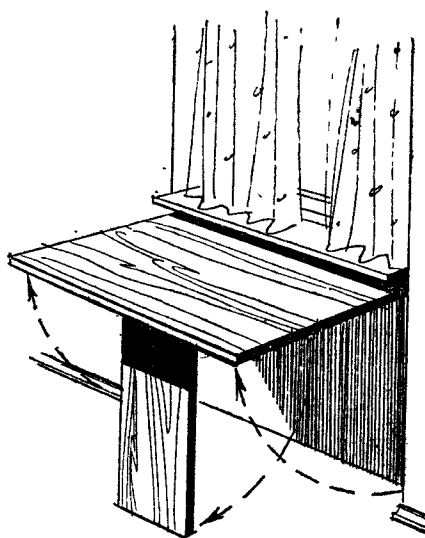


Рис. 25. Откидной столик у подоконника.

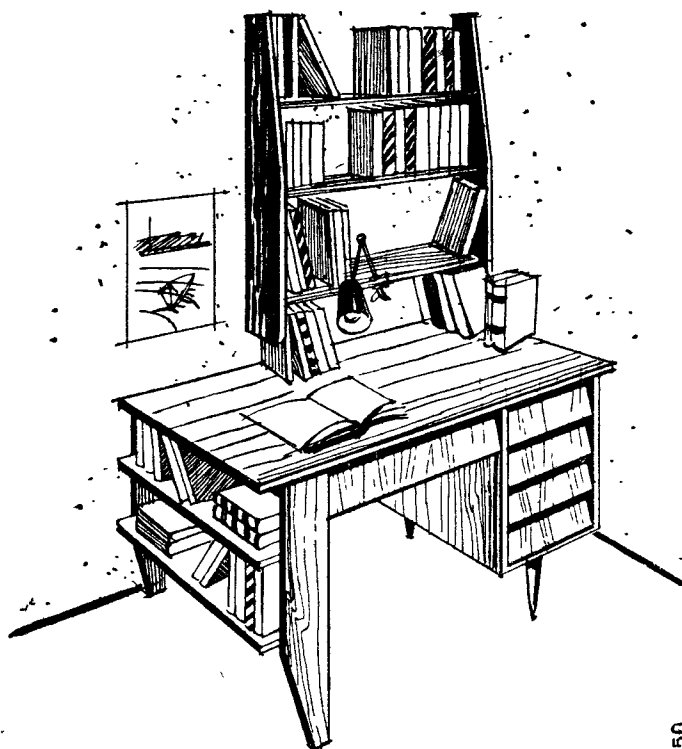
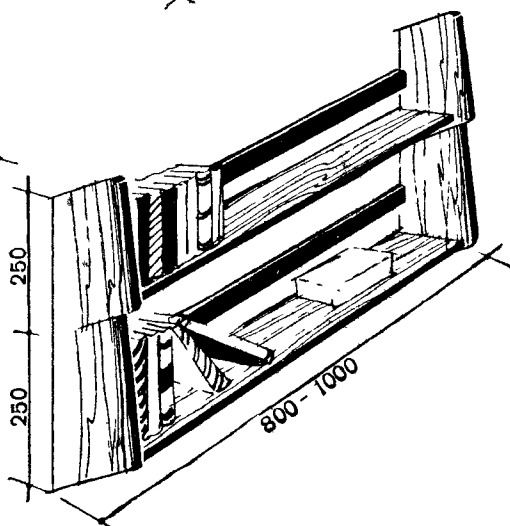
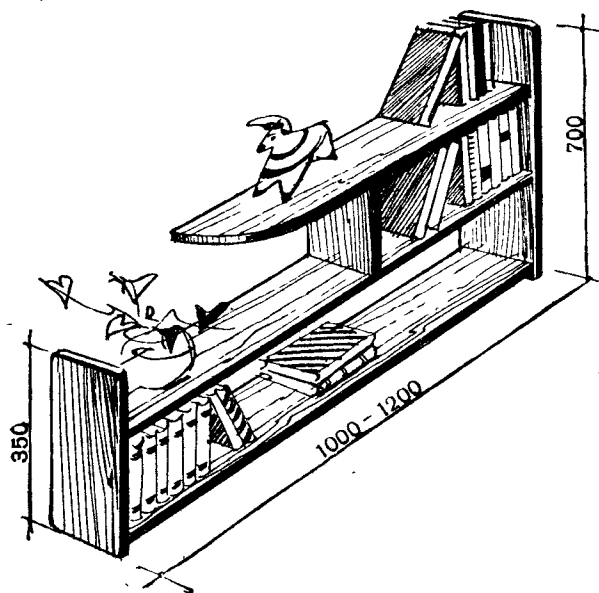
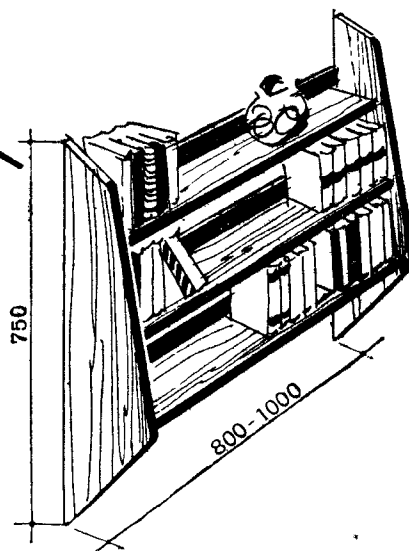


Рис 26. Варианты книжных полок.



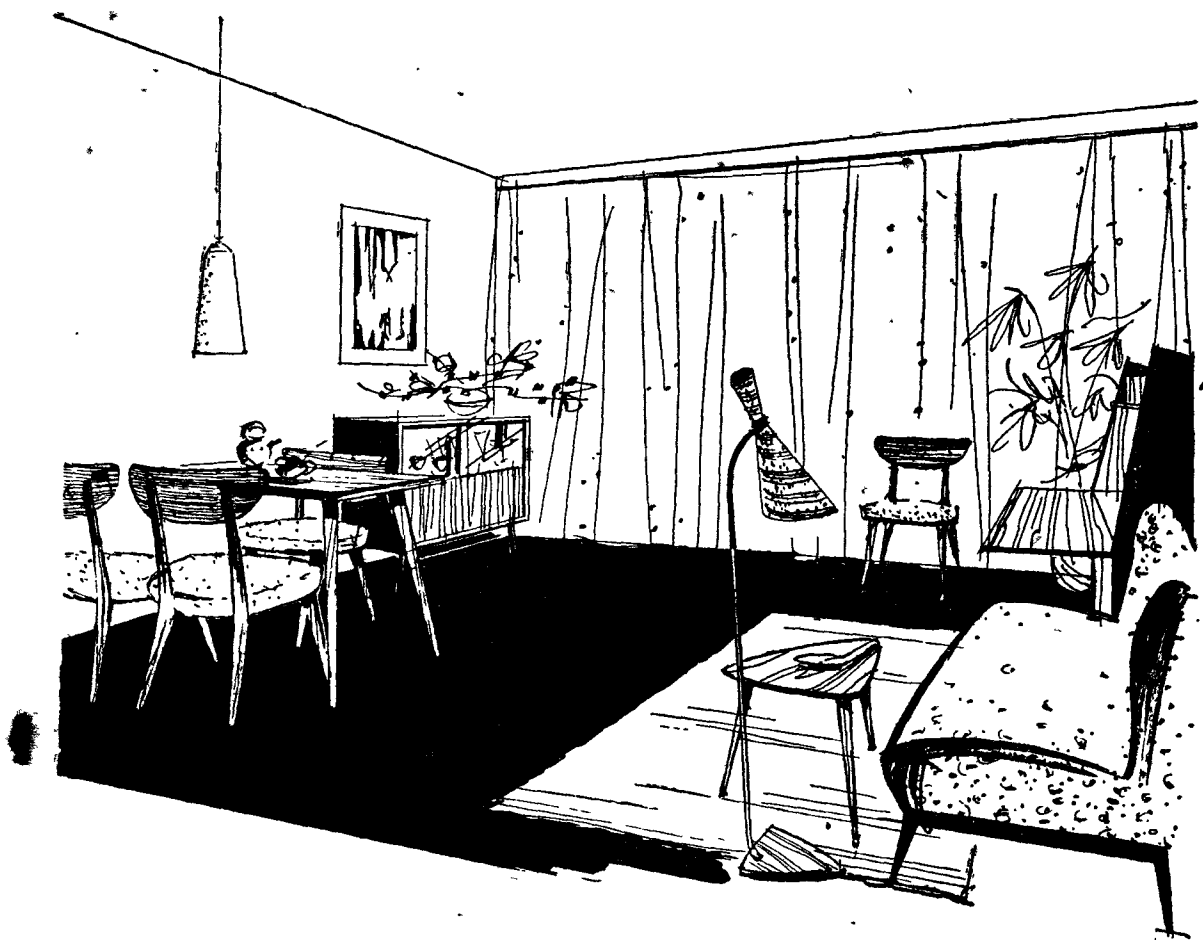


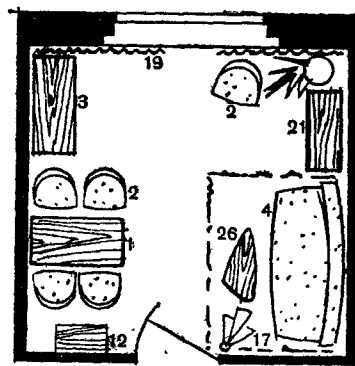
Рис. 27. Меблировка квадратной комнаты.

те немаловажную роль играет форма комнаты — соотношение длины и ширины.

Наиболее красивыми и уютными считают обычно квадратные или приближающиеся к квадрату комнаты. Здесь легче и проще расставить мебель, в особенности если окна расположены по одной стене.

В квадратной комнате мебель расставляют по стенам, освобождая середину комнаты, либо группируют одинаковые или служащие одному назначению предметы в противоположных углах — в одном углу размещают письменный стол, кресло и книжные полки или шкаф, в другом — сервант, обеденный стол, в третьем — диван, столик (рис. 27).

Но удлиненная комната также имеет свои преимущества, в особенности тогда,



когда ограниченная площадь жилища требует совмещения в одной комнате, к примеру, спальни и столовой и выделения места для работы, детского уголка.

При расстановке мебели в удлиненной комнате следует учитывать, что распределение мебели только вдоль параллельных стен было бы неправильным, так как это

еще более сужало и удлиняло бы помещение. Но если некоторые вещи поставить поперек комнаты и как бы разделить ее на две части, то в каждой из этих частей можно расставить мебель так же, как в квадратной комнате, и одновременно отделить, изолировать одну часть комнаты от другой. Не следует только перегораживать площадь высокими вещами, так как в этом случае обесценивается ее затемненная часть. Диван, поставленный посредине, перпендикулярно к стене (рис. 28), или невысокий сервант (рис. 29) вполне могут разгородить комнату. Вплотную к спинке дивана или серванта можно приставить какую-нибудь мебель, обращенную наружной стороной к другой части комнаты.

Удобное расположение в комнате секционной мебели показано на рис. 30.

Если в распоряжении семьи имеется несколько комнат, то хорошо и удобно выделить так называемую общую комнату (рис. 31). В такой комнате вся семья собирается в вечерние часы. Здесь работают, отдыхают, принимают гостей. Здесь размещают телевизор, радиоприемник, музыкальные инструменты, наиболее красивые предметы убранства, комнатные цветы. Диван, два-три кресла, стол, небольшой журнальный столик, освещение, приспособленное

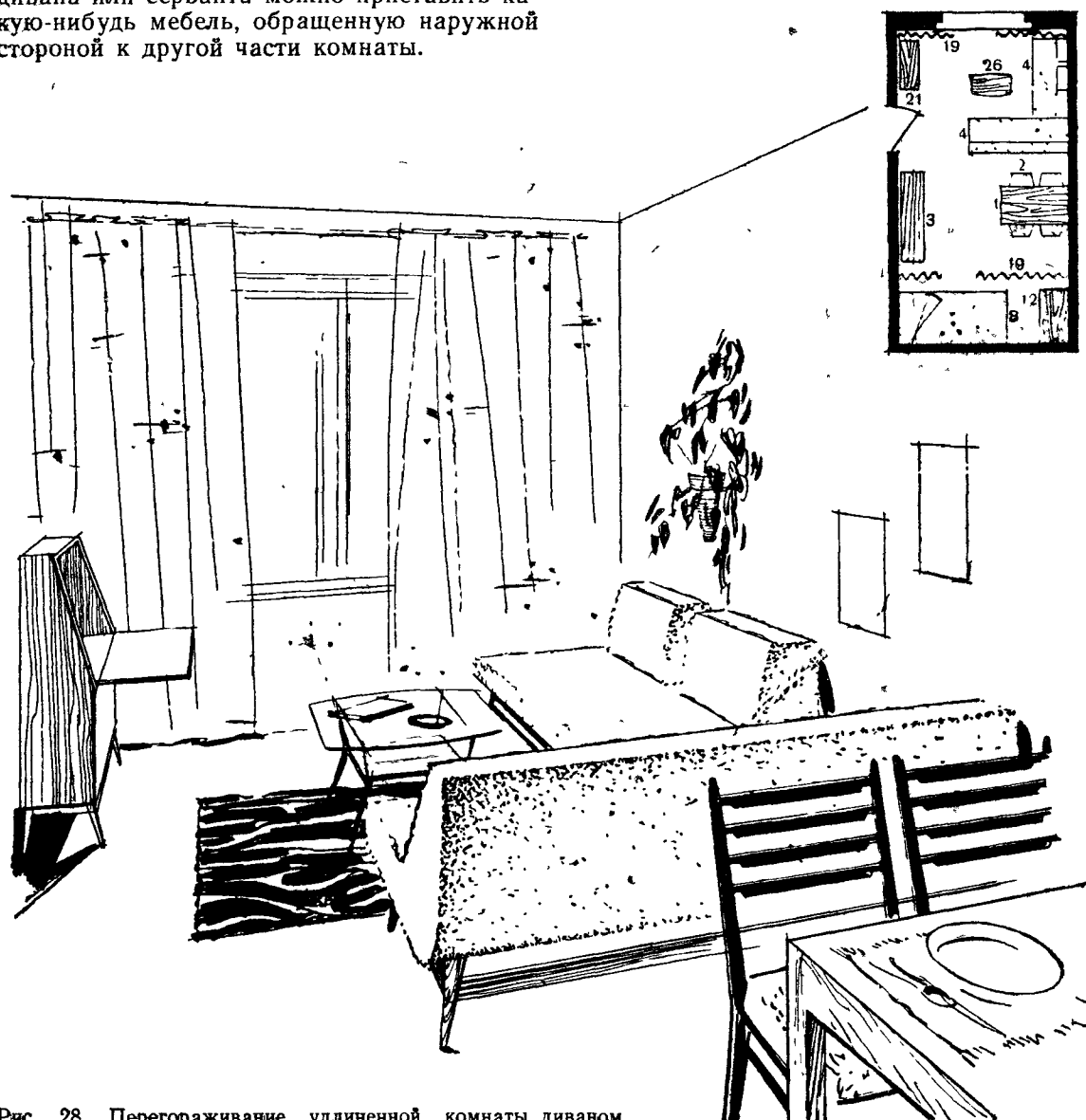


Рис. 28 Перегораживание удлиненной комнаты диваном.

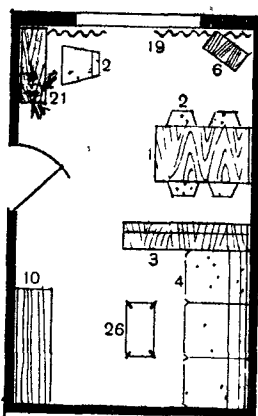
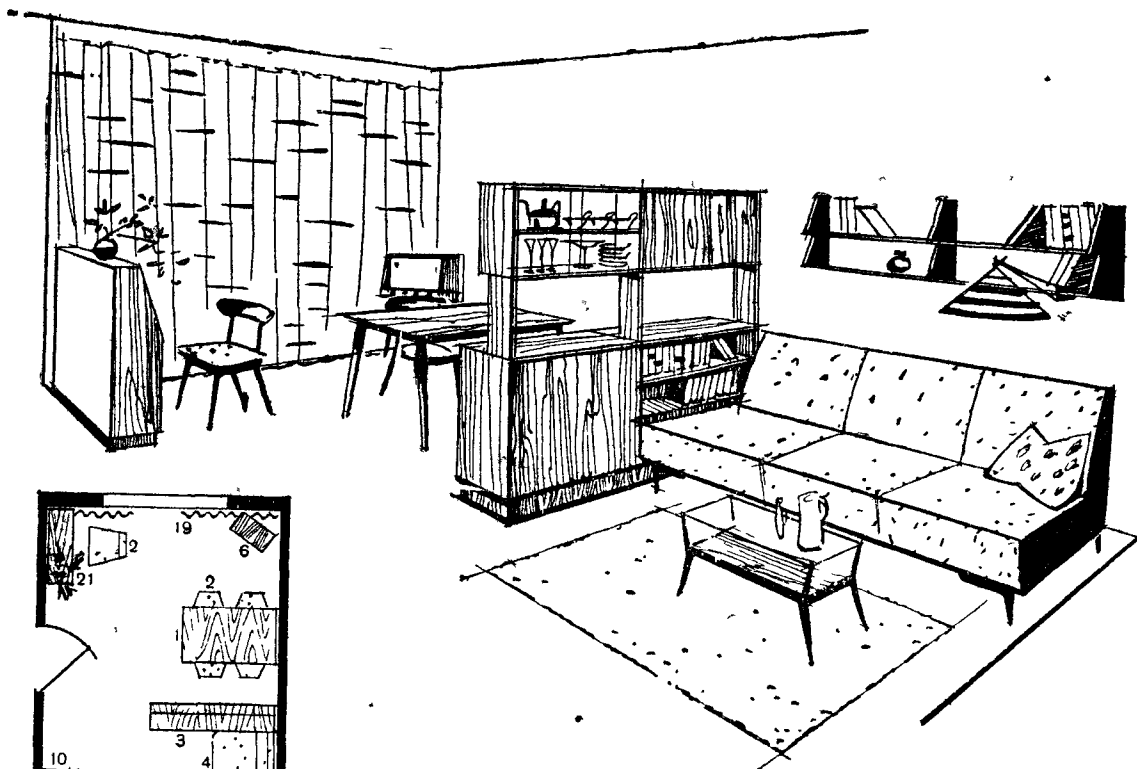


Рис. 29 Перегораживание удлиненной комнаты секционным шкафом



Рис. 30 Пример расположения в комнате секционной мебели.



Рис. 31. Меблировка общей комнаты.

для чтения, — так обычно обставляют общую комнату. В общую комнату можно поставить и письменный стол, книжный шкаф или книжные полки. Большой стол общей комнаты используют для обеда или ужина в дни приема гостей, а в другие дни за ним работают, читают.

Для спальни лучше выбрать наиболее изолированную, «тихую», удобную и гигиеничную комнату квартиры. Обычно это небольшая комната, поэтому нужно оставлять в ней только необходимые вещи (рис. 32).

При наличии отдельной спальни кровати не следует заменять никакой другой мебелью. Громоздка и неуклюжа большая кровать с высокими спинками. Современные кровати имеют обычно низкие спинки. Две односпальные кровати ставят перпендику-

лярно к стене и параллельно друг другу, их можно либо составить вместе и закрыть одним общим покрывалом, либо разъединить прикроватным столиком или тумбочкой. Заметим кстати, что, пожалуй, красивее, если подушки закрыты покрывалом, а не уложены поверх него.

Если в спальне есть стенной шкаф, его отводят под платье и белье, а в наружную створку вставляют зеркало. Обычный зеркальный шкаф можно поставить в угол комнаты, отчего она как бы зрительно увеличится в размерах.

Письменный стол небольшого размера или секретер также удобно поставить в спальню, так как здесь обычно можно создать более спокойную обстановку для работы.

Специальную столовую в современных

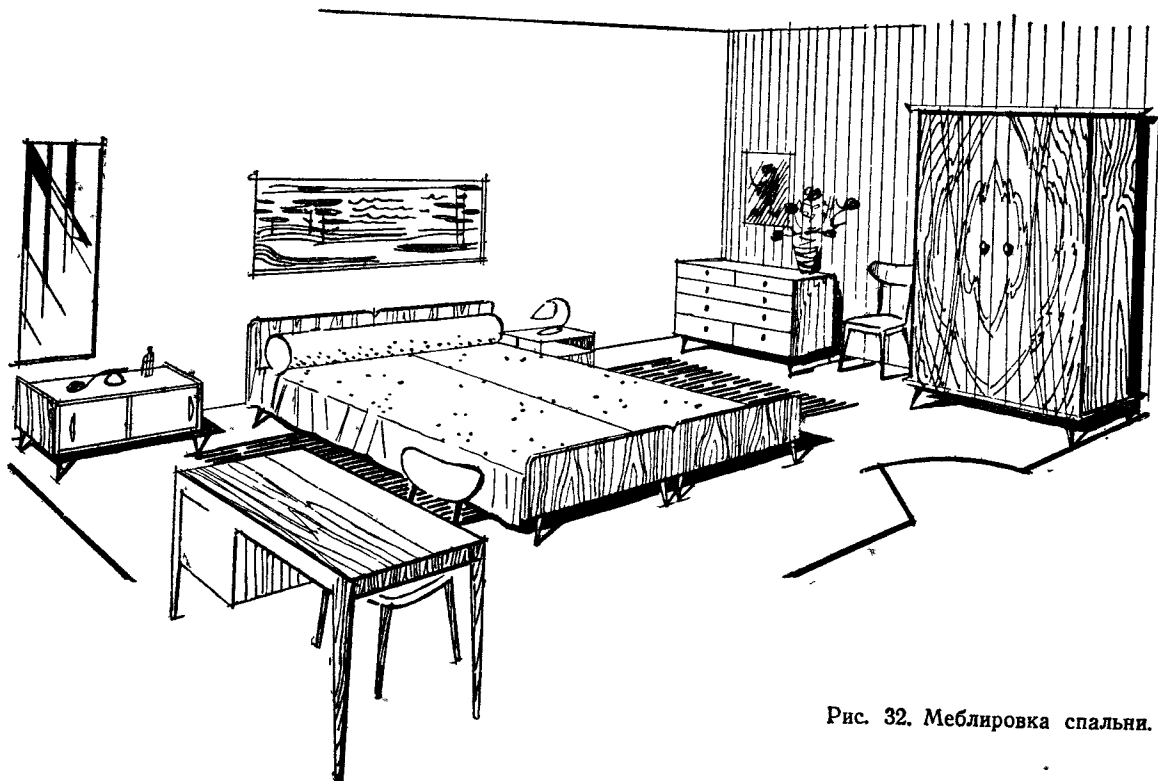


Рис. 32. Меблировка спальни.

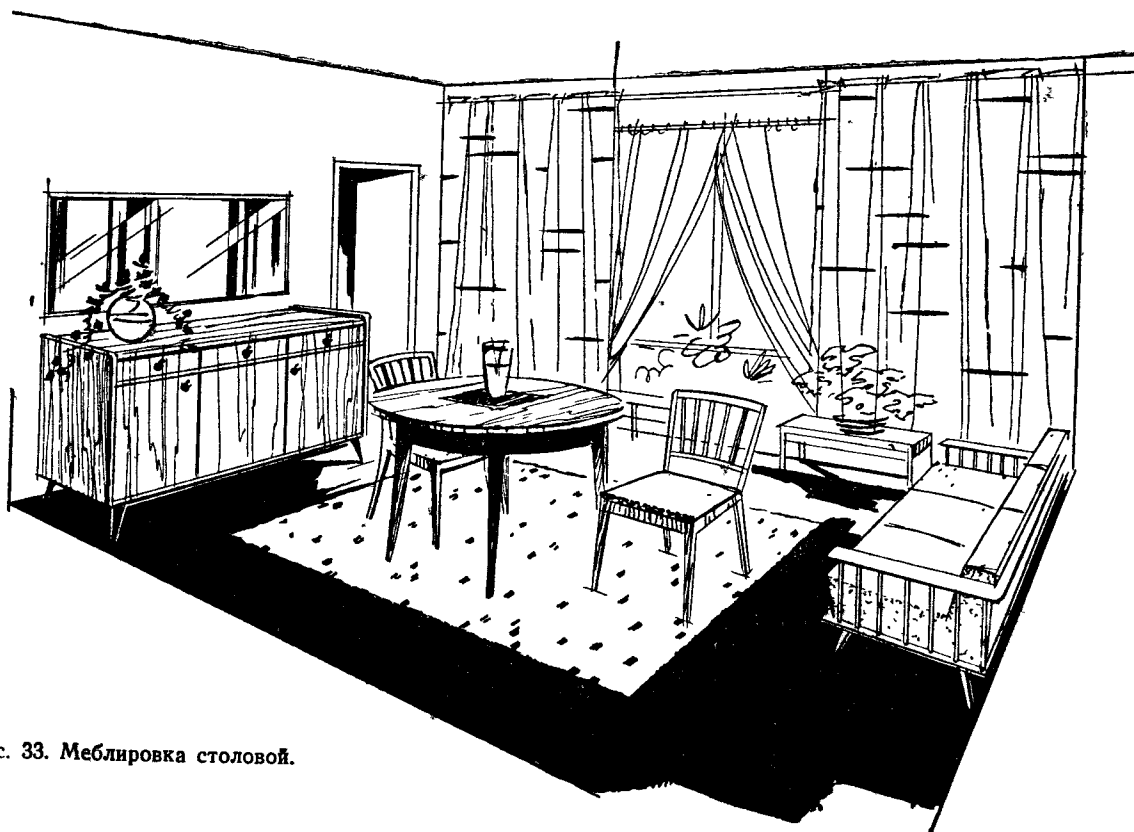


Рис. 33. Меблировка столовой.

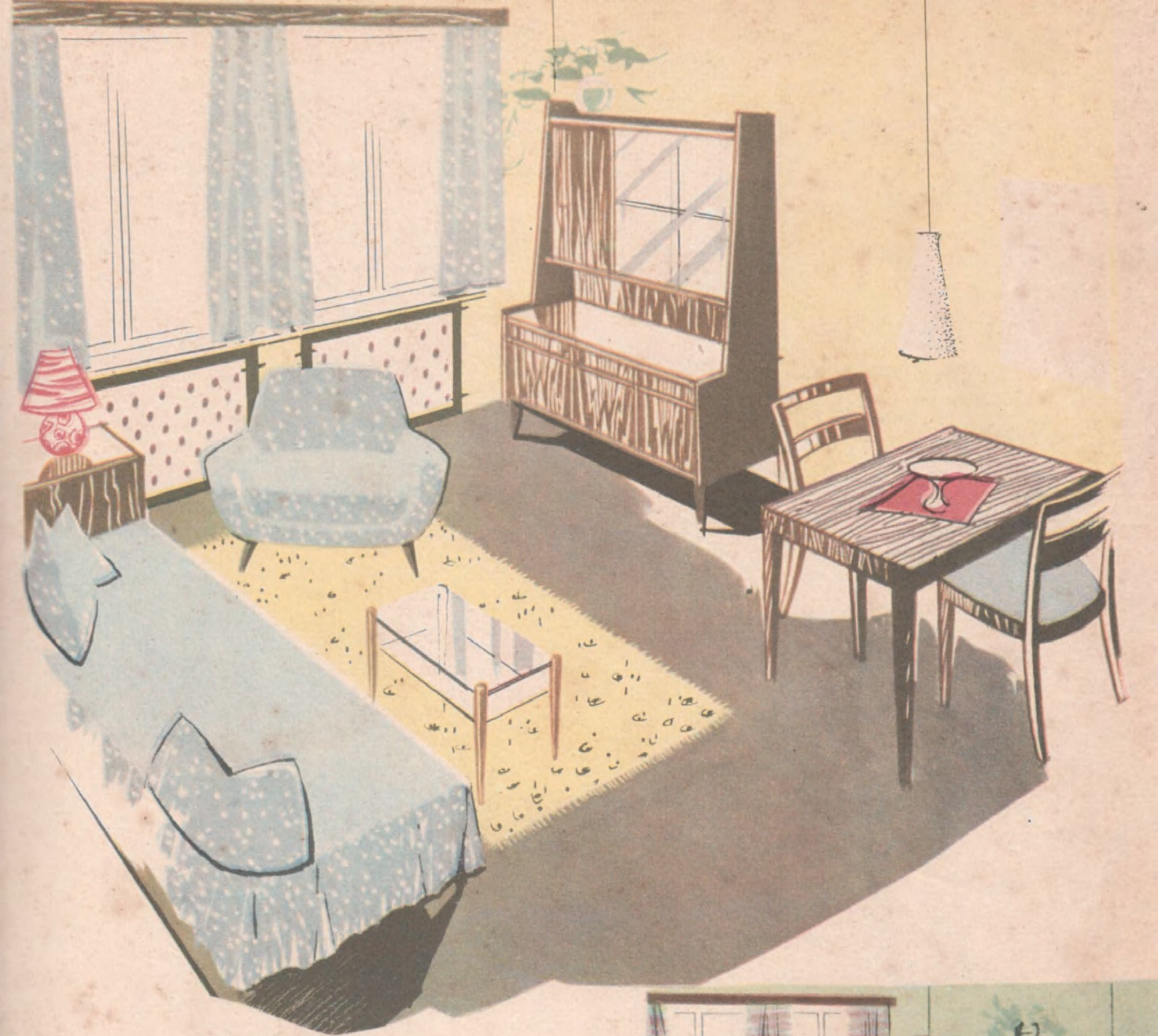
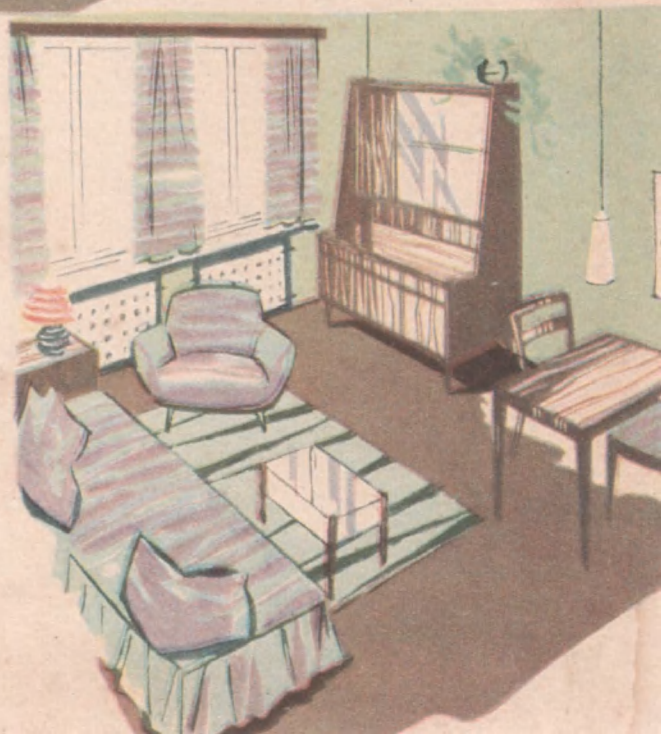


Рис. 1. Варианты убранства комнаты с темной мебелью.



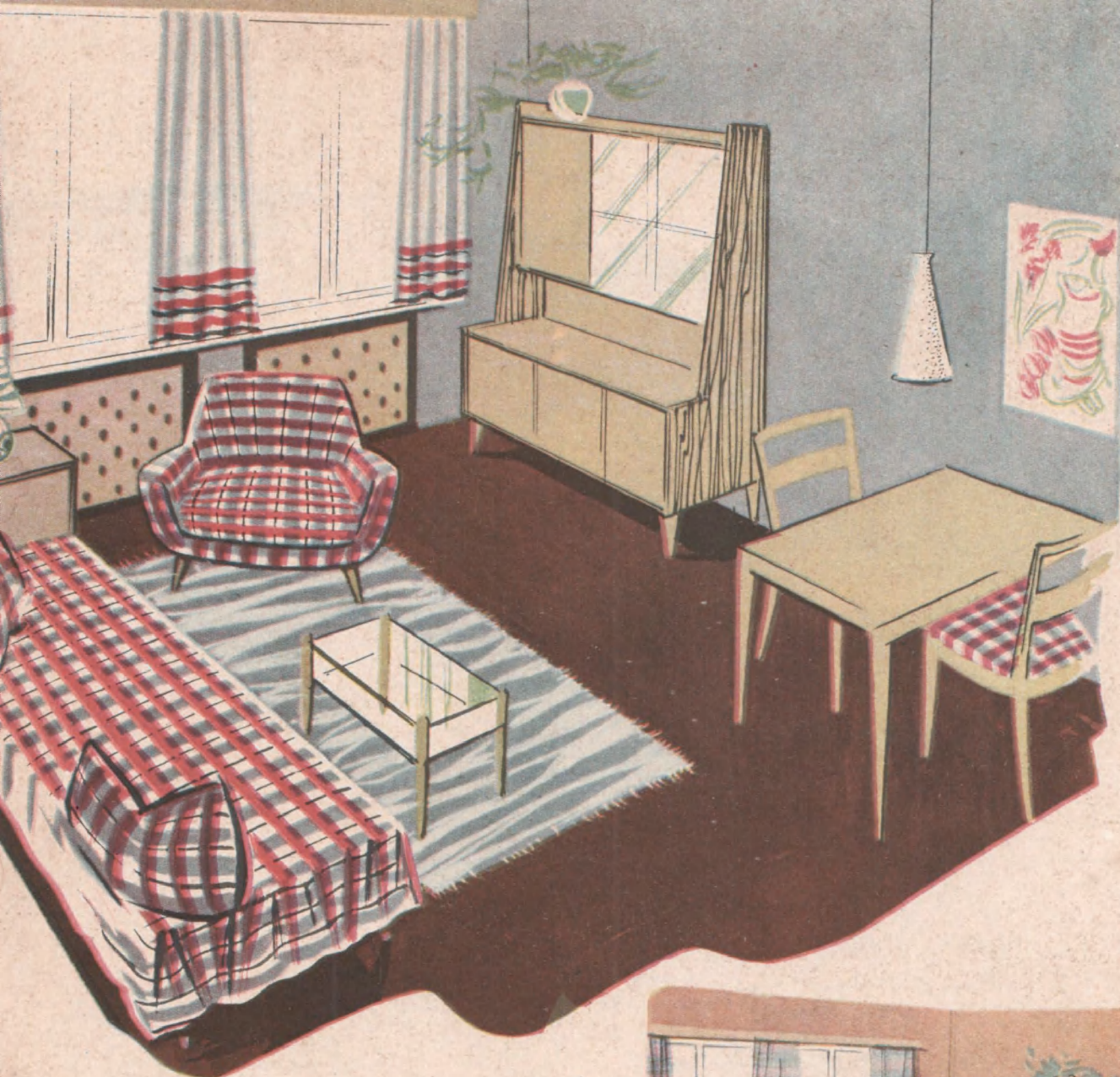
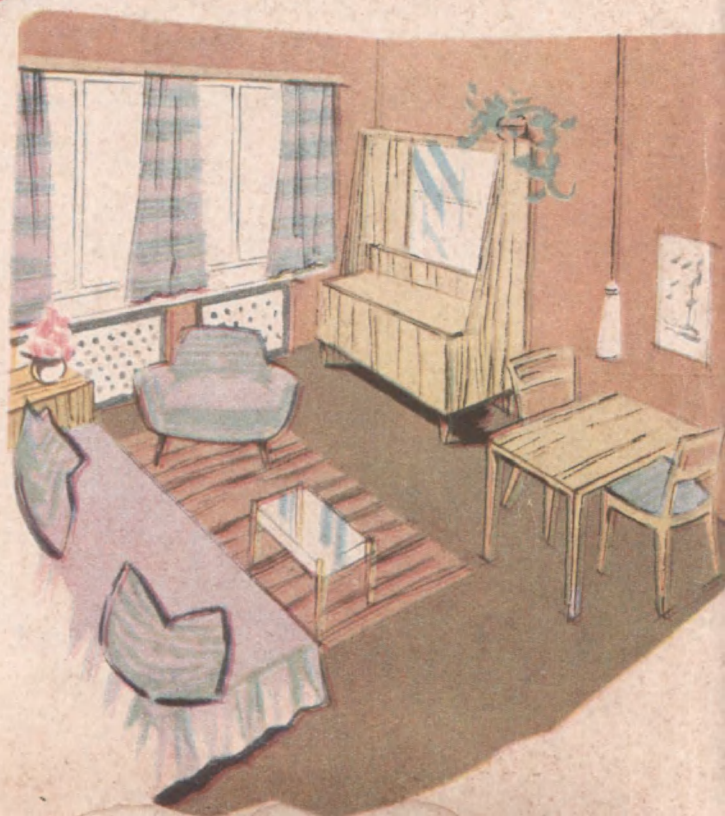


Рис. II. Варианты убранства
комнаты со светлой мебелью.



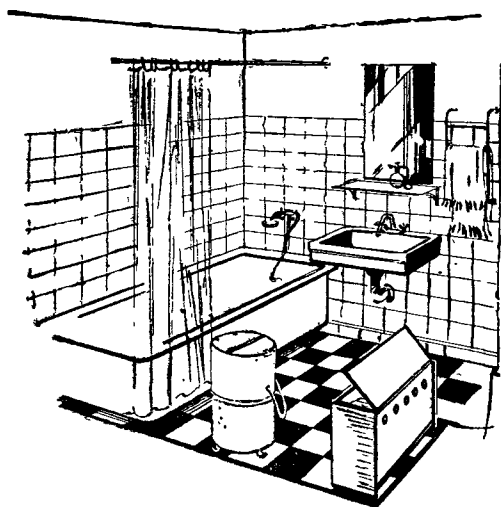


Рис. 34 Ванная комната.

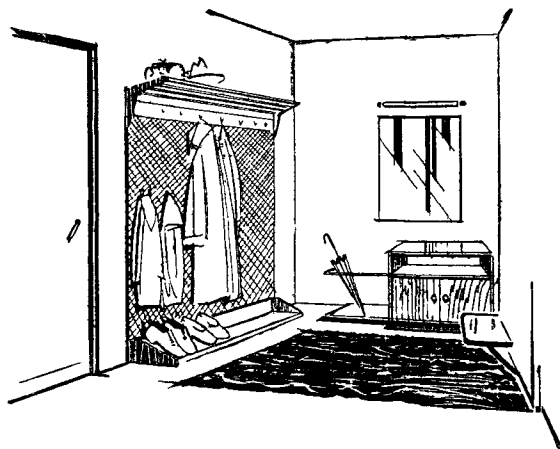


Рис. 35. Прихожая.

квартирах устраивают редко, но если есть возможность и желание, то ее лучше всего устроить в проходной комнате квартиры, в то время как все другие помещения должны быть по возможности изолированными. Столовую можно обставлять так: в большой столовой стол ставят посредине, окружая его стульями, в комнате меньшего размера стол ставят у стены. Сервант устанавливают у противоположной стены. В углу столовой можно поставить горку для красивой посуды и хрусталя. Низкий диван, различные устройства для комнатных цветов завершают убранство этого помещения (рис. 33).

На рис 34 и 35 показаны удобно оборудованные и обставленные ванная комната и

прихожая. И в этих помещениях, как и во всей квартире, не должно быть ничего лишнего, не имеющего непосредственного отношения к их назначению. Для поддержания в ванной комнате чистоты рекомендуется отгородить ванну раздвигающейся занавеской из пластических материалов. Такая занавеска предохраняет пол и стены от брызг при пользовании ванной и душем. В ванной комнате нужны полки для туалетных принадлежностей, зеркало, стул, резиновый коврик, вешалки для платья и для полотенец.

В прихожей хорошо иметь большую вешалку для верхнего платья, ящик для капош и зимней обуви, освещенное зеркало с подзеркальником, столик и стул.

ОСВЕЩЕНИЕ, ЗАНАВЕСИ И УКРАШЕНИЯ

Освещение. Прежде всего следует обеспечить достаточно полное использование доступного для комнаты естественного солнечного света. Комнатные цветы, занавеси, гардины не должны мешать естественному освещению жилища. Особенно надо следить за чистотой оконных стекол, имея в виду, что загрязненные стекла могут поглотить значительную часть солнечного света (до 30%). Очень важно правильно устроить и расположить в комнате искусственное освещение.

Одинаково вредны для глаз и слишком сильный, слепящий свет лампы, не затенен-

ной абажуром, и тусклое освещение, в особенности объекта работы.

Так же как солнечный свет оживляет в комнате все предметы, делает ее веселой и уютной, искусственное освещение может придать всей обстановке более привлекательный, приветливый вид. Лампочка без абажура под потолком даже в самой уютной комнате может сделать помещение холодным, незаконченным, не говоря уже о том, что свет ее неприятен для глаз. Красивая люстра, плафон с матовым колпаком, освещая комнату и все ее углы мягким рассеянным светом, приятнее для зре-

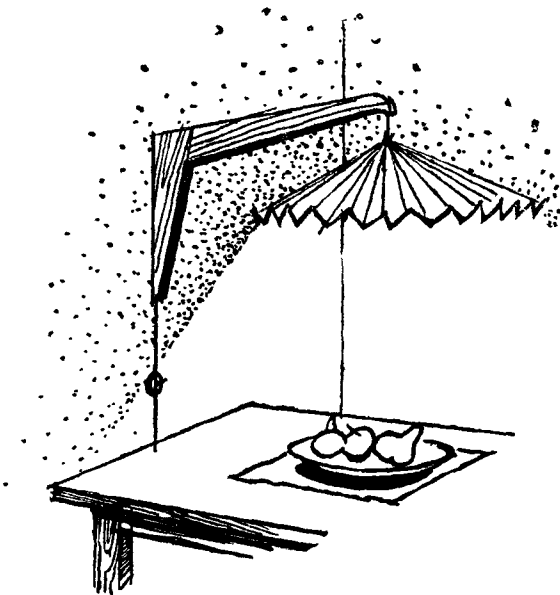
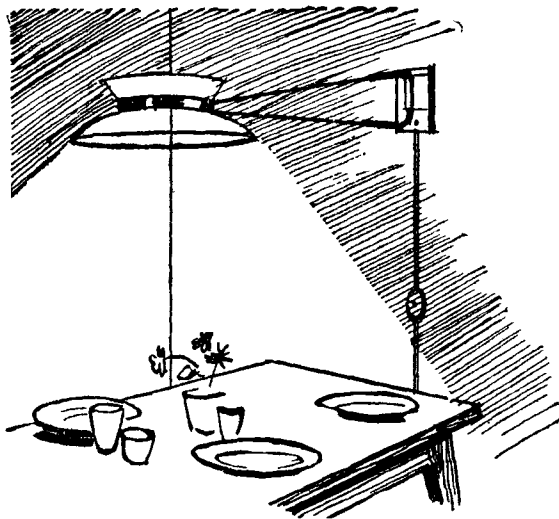


Рис. 36. Освещение стола.

ния и делают окружающую обстановку «теплее».

В большой и высокой комнате люстру или плафон вешают посередине потолка.

Наилучшим считается смешанное освеще-

ние, при котором нижняя часть люстры закрыта матовым колпаком и дает рассеянный свет, а верхняя ее часть открыта и освещает потолок и верхнюю часть стены.

Если в комнате стоит обеденный стол, источник света располагают так, чтобы свет как бы концентрировался на столе. В этом случае можно использовать люстру, абажур из шелка или из специальной бумаги, картона. Если бумажный абажур сделан со вкусом, он может украсить помещение.

Для маленьких и в особенности низких комнат большие люстры или абажуры не пригодны, так как они зрительно как бы еще снижают высоту комнаты и уменьшают ее размер.

Обычно в маленькой комнате обеденный стол стоит не в центре, а параллельно стене или в одном из углов. Для освещения стола в этом случае можно применять либо спущенную с потолка лампу с шелковым или бумажным, не слишком большим абажуром, или использовать бра, прикрепленное к стене (рис. 36).

В общей комнате, кроме плафона или люстры с матовым колпаком, нужны дополнительные источники света у письменного стола, у дивана и кресел, у рабочего столика, то есть в тех местах, где обычно располагаются для чтения, отдыха или работы (рис. 37).

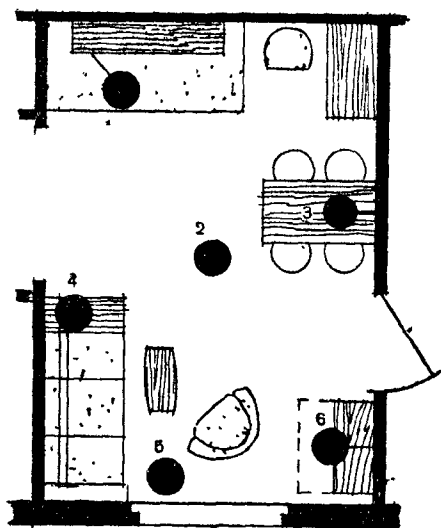


Рис. 37. Схема возможного расположения осветительных приборов в общей комнате:

1 — лампа с абажуром на кронштейне над кушеткой; 2 — общее освещение (плафон или абажур); 3 — лампа с абажуром на кронштейне над обеденным столом; 4 — настольная лампа или ночник около дивана на ящике для постельного белья; 5 — торшер около кресла; 6 — встроенное освещение в секрете.

У дивана со столиком и креслами можно поставить торшер — высокую лампу, стоящую на полу. Торшер с бумажным или шелковым абажуром придаст такому уголку комнаты привлекательный и уютный вид.

Настольная лампа обязательно должна иметь абажур. Дают приятный для глаз рассеянный свет и хорошо освещают стол и объект работы стеклянные матовые абажуры, открытые снизу.

В спальне, кроме матового закрытого плафона, источники света — настольные лампы, ночники — располагают на прикроватных столиках или на полках. У туалетного столика и зеркального шкафа можно разместить настенные лампы — бра.

В комнате малыша хорошо иметь в центре потолка матовый плафон. Дополнительный свет проводят к пеленальному столику. В этой комнате удобны и маленькие лампочки-ночники.

В ванной комнате, кроме верхнего света, нужно иметь бра у зеркала. В прихожей также хорошо иметь и верхний свет и бра над зеркалом.

Для удобства хозяйки важно, чтобы ее рабочее место на кухне было хорошо освещено, поэтому, кроме лампочки на потолке, можно устроить дополнительное освещение плиты и кухонного стола.

Все комнаты квартиры должны иметь штепсельные розетки для того, чтобы всюду, где нужно, можно было поставить настольные лампы и включать электроприборы.

Часто возникает вопрос о цвете абажура. Вообще говоря, независимо от окраски и назначения помещения, белый или светло-желтый цвета для абажура — самые лучшие: они приятны для глаз, зрительно не изменяют цвет окружающих предметов, в то время как, к примеру, интенсивно желтый абажур в синей комнате изменяет цвет стен на зеленый, в розовой комнате — на оранжевый. Красный или ярко-оранжевый абажуры чрезвычайно неприятны и раздражают зрение, голубой, синий и зеленый — придают комнате темную окраску, а лицам — болезненно-мертвенный оттенок.

Если в вашей комнате цвет стен, мебели и украшений составляет единый ансамбль, можно для абажура избрать самый светлый оттенок доминирующего цвета, но, однако же, белый, светло-желтый, кремовый будет лучше всего подходить к любой обстановке и окраске стен.

Занавеси и декоративные ткани. Занавеси и драпировки являются одними из основных элементов украшения комнаты.

Но назначение занавесей и драпировок не заключается только в том, чтобы создать красивое обрамление дверей и окон, — они могут защитить комнату от резких колебаний температуры, затемнить помещение. Следует при этом помнить, что занавеси не должны лишать комнату достаточного естественного освещения.

Занавеси в значительной степени могут зрительно смягчить недостатки окон или дверей в комнате — удлинить или расширить их. Так, например, для того чтобы окно выглядело шире, занавеси и драпировки вешают по обеим сторонам оконного проема, захватывая часть стены справа и слева. При желании сузить окно занавеси прикрепляют к карнизу, соответствующему величине оконного проема, а длину занавесей доводят почти до пола.

В комнате, где стены окрашены или оклеены обоями без рисунка, для занавесей и драпировок можно использовать ткани

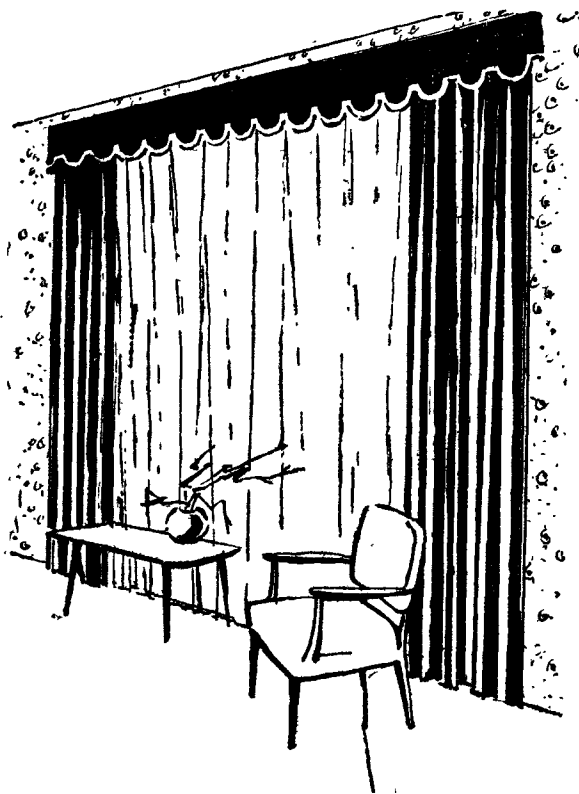


Рис. 38. Оформление окна занавесями из плотной ткани.

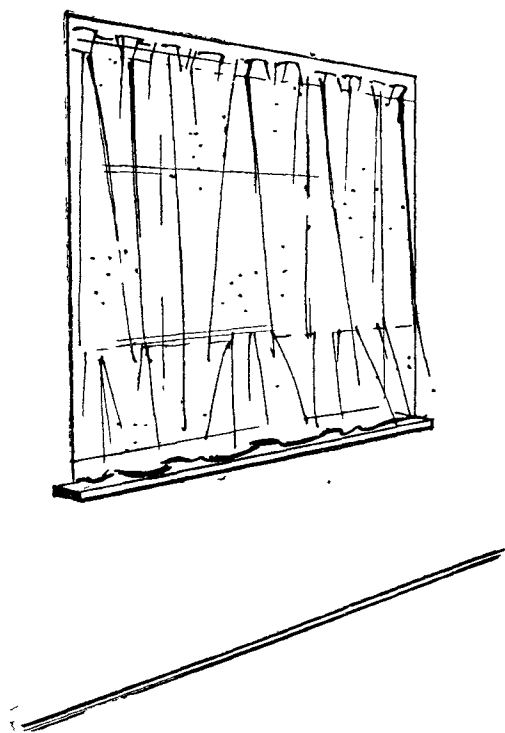


Рис. 39. Оформление окна занавесями из тонкой легкой ткани.

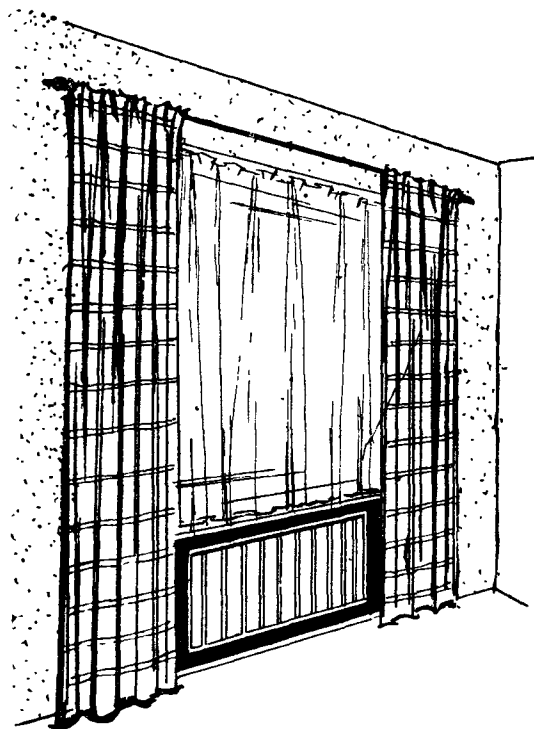


Рис. 40. Оформление окна занавесями из клетчатой ткани.

с рисунком, причем желательно, чтобы фон или рисунок ткани соответствовал окраске стен, был с ними одного цвета, но другого оттенка. Для тех помещений, стенные покрытия которых имеют рисунок, используют преимущественно мелкоузорчатые или гладкие ткани.

Если в комнате на окнах висят и тюлевые занавески и драпировки, то либо тюль, либо драпировочная ткань должны быть гладкими, без рисунка.

Крупный рисунок ткани допустим для драпировок, занавесей, обивки мебели в больших и высоких комнатах, а также для мебели крупных размеров. Кресла, диванчики и другие небольшие вещи обивают либо гладкой, либо мелкоузорчатой тканью.

Если крупные вещи стоят в маленькой комнате, то их также обивают гладкой или мелкоузорчатой тканью. Иначе они будут выделяться.

Клетчатые ткани вполне приемлемы для занавесей, чехлов, скатертей, диванных подушек и для обивки мебели. Для комнаты, окрашенной в светлые цвета, выбирают

светлую клетчатую ткань. В небольших комнатах лучше выглядят ткани с не слишком крупной и резкой клеткой.

Следует учитывать, что блестящие шелковые или вискозные ткани для драпировок, занавесей, обивки в скромной обстановке имеют слишком нарядный вид.

Светлые комнаты, обставленные недорогой мебелью, приобретают уютный и приятный облик при использовании в качестве декоративной ткани ситца или набивной бязи. Особенно хорош светлый ситец с мелким рисунком: в полоску, в горошек, с геометрическим орнаментом.

Занавеси из тонких и легких тканей вешают обычно до подоконника, прямые узкие портьеры и драпировки — до полу. Если под окнами расположены батареи центрального отопления, тюлевые и в особенности занавеси из шелкового тюля, капрона, нейлона, вискозы и т. п. доводят только до подоконника, так как от соприкосновения с горячими батареями эти материалы быстро изнашиваются.

Очень красивы занавеси и драпировки, если они лежат густыми сборками или

складками. Для этого ширина занавесей должна быть примерно в полтора раза больше ширины оконного проема.

Длинные прямые узкие драпировки из плотной ткани придают комнате строгий и чинный вид (рис. 38), собранные пышными сборками занавеси из тонкой ткани (капрона) — воздушность и легкость (рис. 39). Занавеси из клетчатых материалов (рис. 40), из ситца и майи (рис. 41) придают комнате свежесть.

Занавеси и драпировки из дорогих тканей — шелка, бархата — делают с подкладкой для того, чтобы они висели более тяжелыми и глубокими складками и чтобы ткань не портилась, не выгорала от солнца.

Иногда занавесями из недорогих тканей закрывают не только оконный проем, но и всю стену, в которой он расположен.

Ковры и дорожки. Красивы в комнате большие ковры, полностью закрывающие пол. Зрительно они как бы увеличивают размер помещения, в особенности если рисунок их мелок и однороден. Ковры небольших размеров кладут у какой-нибудь мебели — дивана, стола, кресла.

Неприятно для глаз и некрасиво стелить ковры наискосок или на угол. Их лучше располагать в комнате параллельно стенам. Многоцветные и яркие ковры неплохо выглядят в комнатах с гладко окрашенными стенами.

В длинной узкой комнате можно положить два ковра у двух различных групп мебели; этим комната как бы разделяется на две части, а если и мебель поставлена так, что отделяет одну часть комнаты от другой, то помещение зрительно как бы становится менее длинным.

Если в вашем распоряжении есть большой ковер, который закрывает всю или почти всю площадь пола, то для окраски стен используйте один из основных цветов ковра, но более светлого оттенка.

Следует избегать размещения в комнате нескольких маленьких ковриков и дорожек, в особенности если они различаются по цвету, рисунку и стилю.

Настенные ковры, панно развешивают у дивана, кресел, стола.

Украшая помещение, придавая ему «теплоту» и мягкость, ковры и дорожки требуют в то же время трудоемкого ухода, который не всегда можно осуществить занятым людям. Пыльный ковер не только негигиеничен, но и неприятен для глаз. Само

собой понятно, что там, где нет возможности тратить время на ежедневную чистку ковра и дорожек, лучше вовсе отказаться от них.

Вышивки, скатерти, салфетки, дорожки, диванные подушки могут украсить комнату, если они сделаны со вкусом и гармонируют со всей окружающей обстановкой.

Небольшая, тонкой работы кружевная салфетка очень красива на полированном столе. Следует, однако, напомнить, что слишком большое количество салфеток и скатерток, в особенности в комнатах, обставленных темной мебелью, неприятно для глаз.

Картины и предметы украшения. Хорошую картину лучше всего повесить в наиболее освещенном месте комнаты и не обесценивать ее соседством с другими обычными предметами убранства.

Особенно эффектно произведения живописи выглядят на гладких стенах. Если же стены покрыты обоями с рисунком, то картина должна иметь достаточно широкую раму.

Для украшения жилища используются также различные изделия из стекла, хрустала, фарфора, дерева, металла, папье-маше, кости, пластмассы и из других материалов.

Некоторые из этих предметов служат только для убранства жилища (настенные тарелки и блюда, декоративные вазы, статуэтки и т. п.), а многие, кроме того, имеют практическое назначение (фарфоровая, стеклянная, хрустальная и керамическая

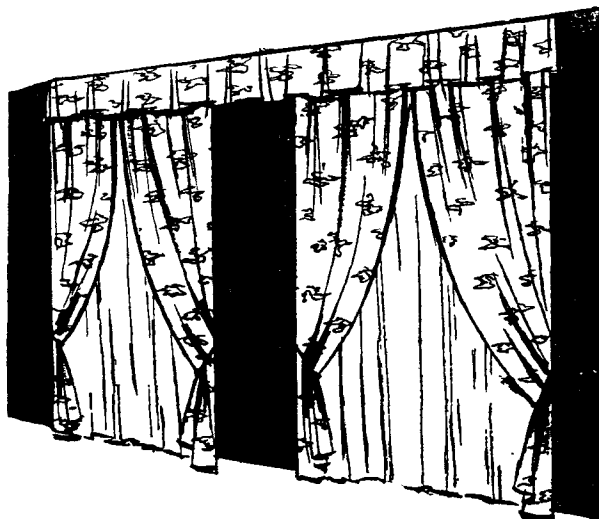


Рис. 41. Оформление окон занавесями из легкой хлопчатобумажной ткани.

посуда, вазы, разнообразные лампы, письменные и туалетные приборы, шкатулки, пепельницы и т. п.).

При выборе предметов домашнего обихода нужно учитывать то, что форма и отделка их должны соответствовать назначению вещей, обеспечивая удобства их использования. Понятно, что вычурность формы и обилие мелких деталей, как правило, затрудняют пользование бытовыми приспособлениями.

Решающими при выборе декоративных предметов убранства жилища являются их художественные достоинства.

И здесь, так же как и во многих других «проблемах» домашнего устройства, было бы ошибочным руководствоваться прежде всего ценой. Уникальные предметы — вазы, статуэтки и другие работы больших прославленных мастеров, скульпторов, художников — ценятся дорого, но и среди недорогих вещей серийных выпусков можно подобрать красивые.

Вполне доступны по цене такие, к примеру, предметы убранства, как деревянные ковши, кубки, декоративные вазы, кубышки, миски, пепельницы, коробки, которые вырабатывают художественные артели Хохломы, Загорска и других городов нашей страны.

Высокого искусства достигают мастера — резчики по дереву. Очень красивы и декоративны блюда, тарелки, шкатулки, письменные приборы, покрытые тонкой резьбой. К лучшим образцам этих изделий относят работы мастеров Московской и Горьковской областей. В этих же районах выделяют, кроме того, из дерева самобытные фигурки людей, птиц, животных.

Издавна ценятся деревянные резные предметы — украшения жилища, выполненные грузинскими, армянскими, дагестанскими, таджикскими, гуцульскими мастерами, — вазы, ковши, рамки, шкатулки, украшенные традиционными национальными орнаментами.

Не только у нас в стране, но и далеко за ее пределами высоко ценятся русские художественные лаки. Мировую славу завоевала миниатюрная живопись, украшающая коробки, шкатулки, портсигары, крышки альбомов, выполненная мастерами Палеха, Мстеры, Холуя, Федоскина. Различные по сюжетам, манере письма, окраске и рисунку, эти художественные миниатюры заслуженно относятся к шедеврам искусства.

Многочисленны и разнообразны изделия из камня, выпускаемые художественными артелями. Среди них отличаются работы уральских камнерезов. Из камня различных оттенков белого, серого, желтого цвета здесь выделяют пепельницы, чернильные приборы, декоративные вазочки и т. п.

Широкой популярностью пользуются шкатулки, вазы, мелкая скульптура из литого чугуна производства Каслинского завода (Челябинская область).

Декоративны и нарядны металлические подносы, расписанные сочными яркими красками — «жестовской росписью». Пышные многоцветные букеты цветов, плоды и ягоды являются традиционным сюжетом этих эффектных, своеобразных предметов убранства.

Из фарфора и фаянса изготавливаются и посуда и различные декоративные предметы — вазы, настенные блюда, тарелки, статуэтки и т. п.

Лучшие сорта фарфора отличает белизна и просвечиваемость. Эти качества особенно ценятся при изготовлении фарфоровой тонкостенной посуды. Чашки и тарелки из фарфора бывают такой тонкости, что кажутся хрупкими и нежными, как цветы, хотя хороший фарфор обладает достаточной прочностью.

Изделия из фарфора бывают белыми и окрашенными в нежные пастельные или яркие сочные цвета.

Многие художники и в старину и в наши дни создавали образцы высокого искусства живописи на фарфоре. Мировой известностью пользуется старинный русский фарфор — посуда и скульптура. К лучшим образцам его относят так называемые гарднеровский, корниловский, кузнецовский.

Высококачественную фарфоровую посуду и мелкую скульптуру в нашей стране выпускают теперь государственный завод имени Ломоносова, Дмитровский, Дулевский, Коростеньский и другие заводы.

Очень красивы, своеобразны и декоративны керамические изделия: тарелки, миски, кувшины, вазы, горшки, которые изготавливают мастера Полтавской и Винницкой областей Украины. Заслуженной известностью пользуется керамика Дагестана, Грузии, Армении, Азербайджана, Таджикистана, Литвы.

Хорошим убранством комнаты могут служить различные изделия из стекла и хрусталя. Из этих материалов вырабатывают и красивую посуду и различные со-

суды, туалетные приборы, пепельницы. Изделия из хрусталя отличаются особым блеском и «игрой».

Красивы и декоративны предметы из прозрачного, матового, бесцветного или цветного стекла.

Красивую посуду из фарфора, фаянса, стекла, хрусталя размещают обычно в застекленной или открытой части серванта или буфета.

Настенные тарелки и блюда развешивают на стене у буфета или серванта, а также в той части комнаты, где стоит обеденный стол.

Туалетные приборы, хрустальные или стеклянные флаконы, коробочки, пудреницы размещают на туалетном столе, трюмо, на комод.

Статуэтки, декоративные вазы, изделия из дерева, металла ставят на столиках, шкафчиках.

Комнатные растения также служат одним из распространенных предметов украшения жилища. Выбор их зависит полностью от вкуса хозяев и их приверженности к той или иной разновидности растений. Обычно цветы размещают на подоконниках и вблизи от окон; цветущее растение может украсить стол, сервант.

Важно при этом учесть, что цветы увеличивают влажность воздуха. По ночам они выделяют углекислоту, поэтому в комнате, в которой спят, их не должно быть слишком много.

Живые цветы в вазах в иные сезоны — наиболее доступное украшение вашего жилища. Они красивы и приятны в любой комнате и при любой обстановке.

Что красивее — букет роз или полевых колокольчиков, гладиолусов или цветущей бузины?

Право, на этот вопрос трудно ответить, не имея перед глазами вазы, куда вы поместите букет, и комнаты, которую он должен украсить.

Очень красивым может быть букет из обыкновенных ярко-желтых одуванчиков. Несколько стебельков этих цветов в круглом желтом глиняном горшочке на фоне светлых стен комнаты можно вполне предпочесть розам и пионам, связанным неуклюжими ромбовидными букетами, которые иногда продаются на рынках.

Дело не в количестве цветов, и даже не в красоте отдельных бутонов, а в гармоничном сочетании их друг с другом, с вазой, в которой они стоят.

Вазы для цветов могут быть самой простой, незатейливой формы — округлой, в виде чаши, кувшина и т. п. Букет выглядит красиво, если цветы расположены в вазе свободно, не слишком тесно. На стол обычно ставят невысокую вазу с цветами.

Букет полевых цветов можно поместить и в глиняный, покрытый глазурью кувшин или горшочек. Незабудки можно поставить в низкую, почти плоскую стеклянную вазу. Розы особенно красивы в хрустальной вазе, георгины — в широкой и невысокой вазе из хрусталя, стекла или фарфора. В высоких тонких вазах красивы два-три гладиолуса или хризантемы; букет ландышей хорош в светлой фарфоровой или фаянсовой вазочке, букет гвоздик — в хрустальной чаше.

Чтобы срезанные цветы дольше сохранили свежесть, нужно придерживаться следующих правил.

Цветам в воде не должно быть тесно. Когда вы ставите их в воду, стебли опустите в воду на $\frac{2}{3}$ длины. Кончики стеблей подрежьте приблизительно на 1 см. Желательно это проделать в воде. У гладиолусов, тюльпанов, анютиных глазок, ирисов и герани кончики стеблей надо отрезать на 4—6 см. Срежьте все листья с той части стебля, которая погружена в воду.

Меняйте воду ежедневно, причем вода должна быть комнатной температуры.

Не ставьте вазы с цветами на солнце и вблизи от источников тепла. На ночь лучше всего ставить цветы в прохладное место или на подоконник.

Цветы можно дольше сохранить, если на 1 л воды положить 0,3—0,5 г аспирина или несколько (5—6) кристалликов лимонной кислоты.

Некоторые срезанные цветы требуют особого ухода. Так, у мимозы, сирени, акации, прежде чем ставить их в воду, хорошо расщепить концы стеблей.

Водяные лилии, кувшинки на несколько часов помещают в воду до самого цветка, а затем срезают кончик стебля и ставят в воду, как и другие цветы.

Душистый горошек хорошо сохраняется в часто сменяемой воде (два-три раза в день).

Незабудки нужно ставить в прохладное место, воду не менять, а ежедневно подливать немного свежей.

Иногда советуют увядающие цветы оживить, поставив их на третью долю стебель-

ка в горячую воду. Этот кусочек стебля затем срезают, а цветок снова ставят в холодную воду. Но этот совет сомнителен, так как дает весьма кратковременный эффект и то не для всех цветов и не во всяком их состоянии.

Украшая свое жилище, всегда надо помнить, что ковры, дорожки, занавеси, панно, вазы, комнатные растения, цветы и т. п. должны гармонично сочетаться друг с другом и со всей окружающей обстановкой, составляя единство. Этого единства можно добиться двояким путем — либо подбирая вещи, близкие по своей окраске (одного цвета, но разных оттенков), либо выбирая одну-две вещи, которые создают яркое, живое пятно на мягком спокойном фоне всей остальной комнаты. В первом случае недостатком может стать некоторая монотонность, однообразие, во вто-

ром — при умелом подборе красок — комната приобретает более нарядный, более «живой» внешний вид.

Яркая ваза, драпировка, пестрый ковер могут выглядеть особенно красивыми в комнате, выдержанной в спокойных, мягких тонах, но та же ваза и тот же ковер или занавесь на фоне ярких и пестрых стен в соседстве с многочисленными и разноцветными украшениями покажутся грубыми и безвкусными.

Изобилие предметов украшения только в тех случаях уместно и красиво, когда эти предметы составляют коллекцию, специально подбираются. Во всех остальных случаях излишнее их количество неприятно для глаз.

Сдержанность, строгость и простота в убранстве комнаты и квартиры свидетельствуют о хорошем вкусе.

МАЛЫШ И ЕГО УГОЛОК

Много новых радостных и нелегких обязанностей возникает с появлением в семье малыша.

Чистота и порядок необходимы всегда и во всяком хозяйстве, но с момента рождения ребенка они становятся главным и первым законом вашего быта.

Не только предметы ухода за новорожденным, не только его посуда, белье, пеленки, кроватка, игрушки, но и вся окружающая обстановка должны быть безупречно чистыми и гигиеничными, что предохранит малыша от многих заболеваний, а мать — от многих огорчений.

С рождением ребенка расширяется круг ваших обязанностей и увеличивается количество домашних дел, но одновременно возникает и настоятельная потребность в особой заботе о собственном здоровье, так как от этого зависит и здоровье новорожденного.

Сделать это можно только при активной помощи всей семьи, а также упростив на время некоторые работы по дому.

Невозможно изменить распорядок дня для всей семьи, приспособив его к новым потребностям, возникшим с рождением ребенка, так как и работа и занятия всех членов семьи остаются такими же, какими они были. Но, учитывая, что и новорожденный и кормящая мать нуждаются в совсем ином режиме, что от этого режима в зна-

чительной степени зависит их здоровье, вся семья должна позаботиться о том, чтобы освободить женщину от слишком трудных работ по дому, предоставить ей большую возможность отдыхать и спать, помочь организовать усиленное и лучшее питание.

Совсем небольшой жертвой со стороны близких будет в этом случае отказ от некоторых развлечений, которые вызывают необходимость поздно ложиться спать, от излишних частых приемов гостей.

С каждым годом в нашей стране все шире разворачивается сеть детских садов и яслей. Эти детские учреждения организованы и оборудованы по последнему слову педагогической и медицинской науки. Они обеспечивают ребенку здоровый, нормальный быт, прививают ему полезные навыки и привычки, воспитывают необходимые моральные и физические качества. И если есть возможность отдать ребенка в ясли, а потом в детский сад, сделайте это.

Но малыш бывает в яслях или детском саду, как правило, не весь день. Вечера, ранние утренние часы, выходные дни он проводит дома. И нередко домашняя обстановка, домашний режим дня, часы сна, гуляния, игр и приема пищи резко отличаются от распорядка и обстановки детского учреждения.

Такое нарушение режима вредно отражается на здоровье и нервной системе ре-

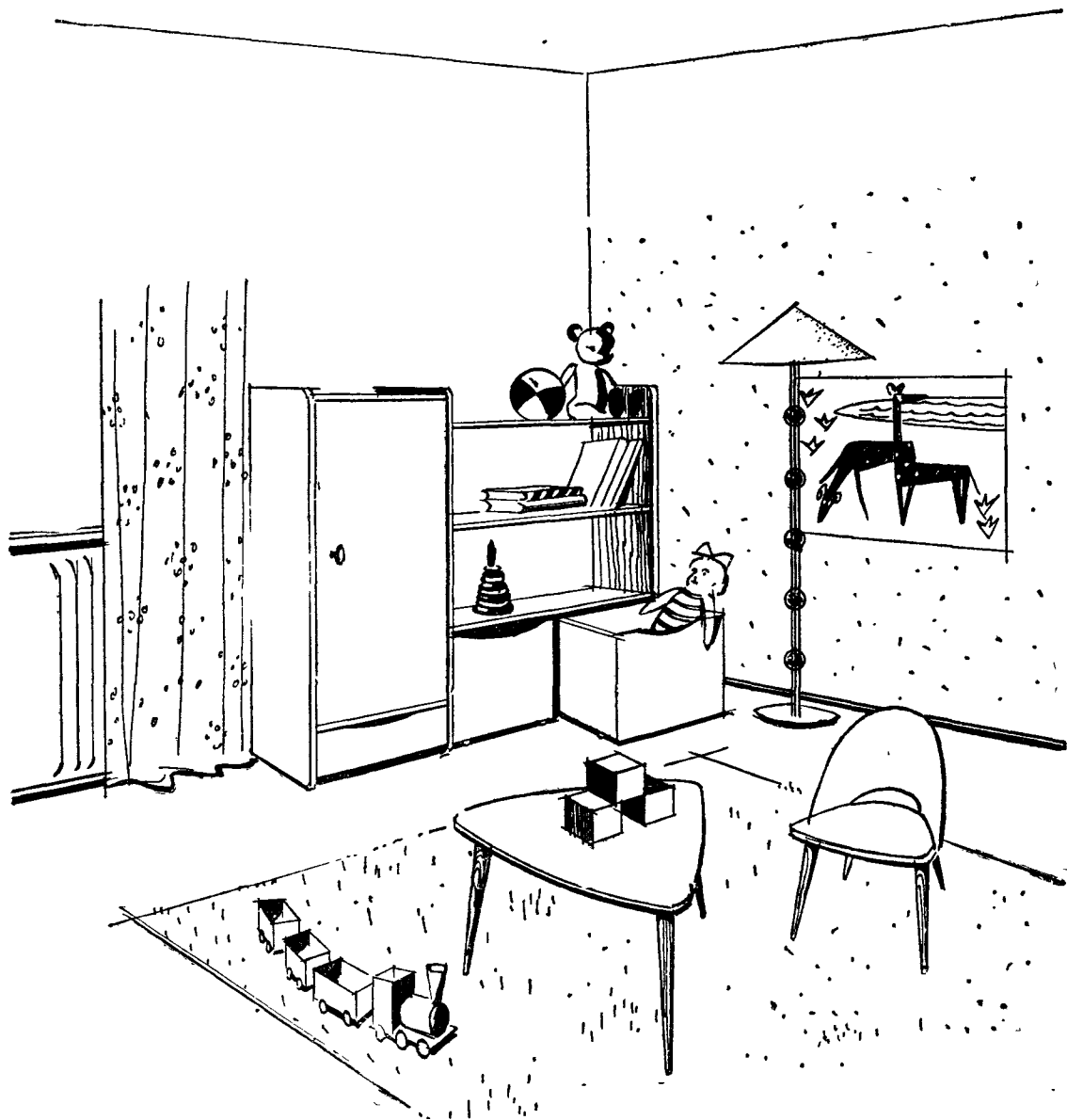


Рис. 42. Меблировка детского уголка.

бенка. И часто мать удивляется, почему ее малыш, такой спокойный, веселый и уравновешенный в обстановке детского сада, придя домой, капризничает, не слушается, плохо ест и плохо спит.

А удивительного здесь ничего нет. Выбитый из привычной колеи строгого режима и порядка, получая дома либо слишком много новых впечатлений, либо предоставленный самому себе, ребенок теряет необ-

ходимое равновесие и покой, благотельно влияющие на его здоровье.

Поэтому надо стремиться дома создать условия, наиболее сходные с теми, которые предоставляют хороший детский сад или ясли.

Родители, воспитывающие ребенка дошкольного возраста дома, должны также постараться ознакомиться с укладом, оборудованием и режимом дня детского учреж-

дения и по мере возможности перенять все лучшее, что могли бы дать эти учреждения их ребенку.

Вы не можете превратить свою комнату или квартиру в детский сад или ясли, но оборудовать уголок ребенка можно и нужно.

Вы не можете организовать в своем доме специальной детской кухни, но ознакомиться с основными приемами приготовления пищи для ребенка и применять их у себя можно и нужно.

* * *

У ребенка должен быть свой уголок, в котором он чувствовал бы себя хозяином (рис. 42). Если в остальной части квартиры или комнаты стоят многие вещи, которые малышу трогать «нельзя» и «не надо», то в его уголке должно стоять только то, что «можно» и «нужно».

Первые впечатления окружающего мира, первые эстетические восприятия — все это впервые раскрывается здесь, в уголке ребенка, и, следовательно, вовсе не безразлично, какая картинка висит на стене, какая чашка, какая игрушка куплена для ребенка. Все эти предметы в той или иной степени воздействуют на развитие. Выбор их не может быть случайным. Мир, раскрывающийся перед ребенком, должен быть красивым, нарядным, радостным, чистым и светлым.

В зависимости от возраста и развития малыша изменяется устройство детского уголка.

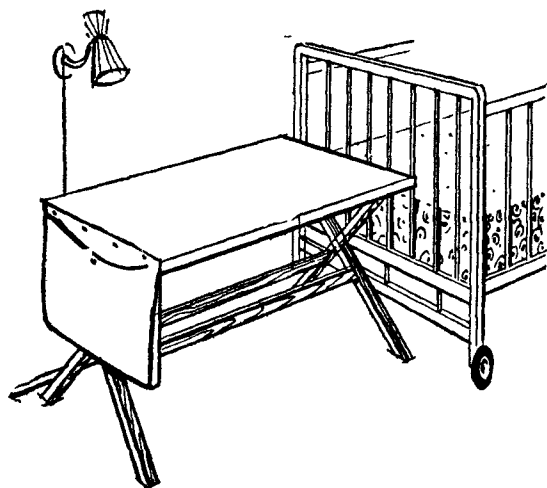


Рис. 43. Складной пеленальный столик.

Новорожденный спит до 21 часа в сутки, и даже шестимесячный ребенок проводит в кровати не менее 16 часов.

Лучшее место в комнате нужно отвести для детской кроватки. Ее нельзя ставить непосредственно к окну, так как малыш должен быть защищен от слишком резких колебаний температуры. Негигиенично по тем же соображениям помещать детскую кровать и вблизи батареи центрального отопления или печи.

Лучше всего поставить кроватку возле внутренней стены: она более сухая и теплая. Хорошо, если удастся поставить кроватку не параллельно, а перпендикулярно к стене. Так будет обеспечена лучшая вентиляция кроватки и облегчен подход к ней. Постарайтесь, чтобы свет из окна падал на кроватку слева, — это даст возможность лучше видеть ребенка.

Рядом с кроваткой новорожденного ставят шкафчик или тумбочку, в которой хранится его белье и предметы ухода. Верхняя доска шкафчика служит и пеленальным столом. В маленькой комнате пеленальный столик-шкафчик можно заменить специальной раскладушкой (рис. 43). Эта раскладушка имеет карманы, в которых хранят смену пеленок. Остальные предметы ухода и белье можно держать и в висячем шкафчике.

Пеленать ребенка на кровати взрослых негигиенично, так же как и придвигать хотя бы на ночь детскую кровать к кровати матери.

Мебель для детского уголка лучше всего покрасить белой эмалевой или масляной краской.

Занавеси на окнах в комнате, где живет ребенок, делают из легкой, хорошо стирающейся ткани. Наиболее удобны занавеси на кольцах, которые по утрам отводятся по сторонам окна и не мешают проникновению в комнату свежего воздуха и солнечного света.

Для малыша в течение первых месяцев его жизни кроватка является не только местом сна — это и его жилище. Через пять — шесть месяцев этот «дом» становится тесным. Ребенок должен учиться ползать и ходить. Очень удобны для этого специальные манежи (рис. 44). На пол манежа расстилают одеяльце или коврик из легко стирающейся ткани. В манеже ребенок не только учится ходить, но и находится в полной безопасности.

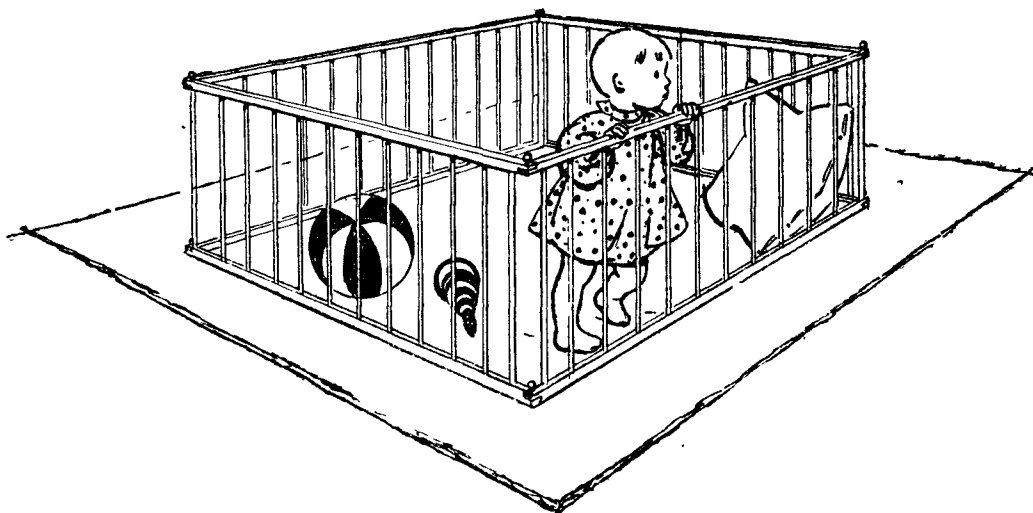


Рис. 44 Манеж.

Когда манеж станет тесен и вы будете уверены, что малыш твердо стоит на ножках и хорошо ходит, замените манеж детской мебелью. Вначале это может быть высокий складной стул, а затем нужно приобрести низкий, небольшой столик и стул. Через некоторое время вам придется менять кроватку. Как бы мало у вас ни было места, не кладите ребенка на раскладную кровать.

Очень удобны на малых площадях кровати-купе (рис. 45). Под такую кровать помещается выкатывающийся ящик для постельного белья. Нижнюю кровать обычно отводят малышу, а верхнюю — ребенку постарше.

Первые игрушки и погремушки развешивают на специальном приспособлении у кровати. Затем игрушки ставят в манеж, а когда ребенок подрастет, в его уголке для игрушек устанавливают шкафчик или полки.

Когда малыш начинает ходить, он постепенно завладевает всей комнатой, а затем и всем домом. Теперь он уже «большой» и, придя с улицы домой, сам раздевается в прихожей, сам моет руки в ванной комнате. Вместе с вами он заглянет и в кухню, побегаёт по коридору.

Приучая ребенка к порядку и аккуратности и всячески поддерживая его стремление к самостоятельности, не следует упускать из виду ни одной мелочи и так приспособить свое жилище, чтобы малыш с полной безопасностью для себя мог с раннего возраста многое делать сам.

Маленькому ребенку неудобно умываться над общим умывальником ванной комнаты, он с трудом дотягивается до крана, обливается и заливает водой стены и пол. Поставьте перед умывальником небольшую устойчивую скамеечку или сделайте эту скамеечку выдвижной из-под умывальника. Если вы повесите на высоте, доступной ребенку, полочку для его туалетных принадлежностей (стакана для полоскания зубов, зубной щетки и порошка, мыла,

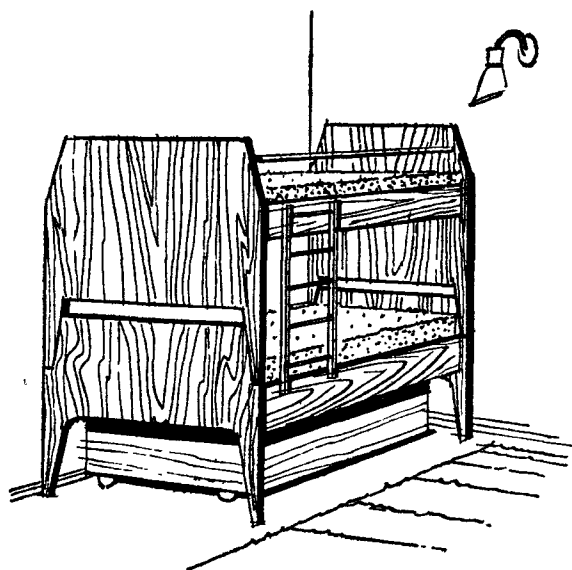


Рис. 45. Кровать-купе.

расчески, губки), он сумеет пользоваться всеми этими вещами и без вашей помощи. Рядом с полочкой не забудьте повесить два полотенца — одно для рук, другое для лица. Тазик для мытья ног и полотенце должны также располагаться в ванной комнате в месте, доступном для малыша.

Ребенок четырех-пяти лет может уже мыться и в общей ванне, однако не следует во время купанья сажать его непосредственно на дно ванны. Гигиеничнее установить на дно ванны небольшую скамеечку и посадить на нее ребенка или постелить на дно небольшую простынку.

Приучайте малыша тщательно вытирать ноги, когда он придет с улицы домой. В прихожей должна стоять домашняя обувь ребенка. Здесь же в прихожей нужно повесить маленькую вешалку для верхнего платья, а под вешалкой поставить ящик для калош, валенок, ботинок.

Пока ребенок не станет старше, нужно убрать из комнаты, в которой он живет, хрупкие стеклянные и фарфоровые статуэтки и вазы или поместить их в места, для него недоступные.

Скатерти или салфетки на столах, тумбочках не должны свисать, так как за свисающий конец малыш может стянуть на пол все стоящие на них предметы.

Спички, ножи, вилки, бритвы, ножницы — все колющие или режущие предметы, а также кастрюли, чайники, сосуды с горячей жидкостью, флаконы и коробочки с лекарствами или химическими препаратами, моющими средствами никогда не должны стоять в местах, доступных для маленького ребенка.

За общим столом во время обеда, завтрака или ужина маленький ребенок должен сидеть по левую руку от матери, так как с правой стороны от хозяйки дома ставят миску с супом, чайник, кофейник.

Малыш без взрослого не должен выходить на кухню, где горит газ, топится плита, зажжена керосинка.

Во многих семьях существует дурная, вредная привычка — никогда не выключать радио. Обычно это объясняется вовсе не тем, что семья целый день слушает радиопередачу. А ведь все это влияет на ребенка, делает его раздражительным, беспокойным.

Детская передача и по радио и по телевизору доставляет большое удовольствие малышу, развивает его, обогащает новыми

впечатлениями и знаниями. Но умеренность и в этом является неременным, обязательным условием.

* * *

Когда ребенок станет постарше, он может и должен помогать в домашнем хозяйстве.

Работа, которая поручается ребенку, должна соответствовать его возможностям, его возрасту и развитию. Если работница или крестьянка в условиях царской России была вынуждена поручать ребенку с самого раннего возраста непосильную работу по дому и уходу за младшими детьми, то наши советские женщины, впадая в другую крайность, нередко еще склонны преуменьшать возможности своего ребенка, всячески оберегая его от малейшей затраты труда.

Убедившись, что ребенок может вполне справиться с поручением, вы должны объяснить, что с сегодняшнего дня он будет выполнять его сам, без вашей помощи и теперь эта работа будет его обязанностью.

Важно внушить ребенку, что домашние работы полезны и необходимы, достойны затрачиваемых усилий и что для их выполнения нужно обладать известными познаниями, достаточной силой и ловкостью.

Ребенка трех-четырех лет следует приучать убирать на место свои игрушки после окончания игры, поручать ему принести ту или иную вещь. С пятилетнего возраста ребенок может с помощью матери, а затем и самостоятельно убирать свой уголок.

С семилетнего возраста дети могут уже сами почистить свою обувь, сходить за необходимой покупкой в ближайший магазин (но не через дорогу), вымыть и почистить овощи, помогать стелить кровать, накрывать на стол.

Как бы ни был занят ребенок своими школьными обязанностями, при правильном режиме дня он всегда может найти время и для помощи матери. Такая работа является своеобразным отдыхом, полезной и нужной разрядкой после школьных занятий.

Но, конечно, во время экзаменов, во время особенно напряженной школьной работы нужно сократить количество домашних дел для ребенка.

Совместная работа, взаимопомощь, работа всех членов семьи друг о друге не только облегчают труд по дому, но, что особенно важно и ценно, объединяют, сплачивают семью в один дружный коллектив.

КУХНЯ И ПОСУДА

Кухня. В последнее время все чаще и чаще в отдельных, в особенности однокомнатных и двухкомнатных квартирах, практикуется совмещение кухни и столовой (рис. 46).

Прежде всего это экономит труд и силы домашней хозяйки, которые затрачиваются на хождение из комнаты в кухню и обратно во время готовки, сервировки стола, приема пищи, уборки посуды.

Совмещение кухни и столовой позволяет освободить другие комнаты от некоторых вещей и мебели (шкафа для посуды, обеденного стола, лишних стульев). А кроме того, комната, в которой не едят, становится чище, опрятнее и не требует особенно тщательной и трудоемкой уборки.

Наиболее рационально совмещение кух-

ни и столовой в однокомнатной квартире. В малонаселенной коммунальной квартире при добрососедских отношениях совмещение кухни и столовой также может быть удобно.

Современная наука о питании придает немаловажное значение тому, в какой обстановке пища принимается, считая, что даже самое вкусное и питательное блюдо может оказаться неаппетитным и, следовательно, менее полезным, если оно подано небрежно и обстановка, окружающая человека в момент принятия пищи, вовсе к этому не располагает. Это особенно надо иметь в виду, когда кухню совмещают со столовой.

Кухня в квартире является как бы лабораторией питания. Безупречная чистота, от-

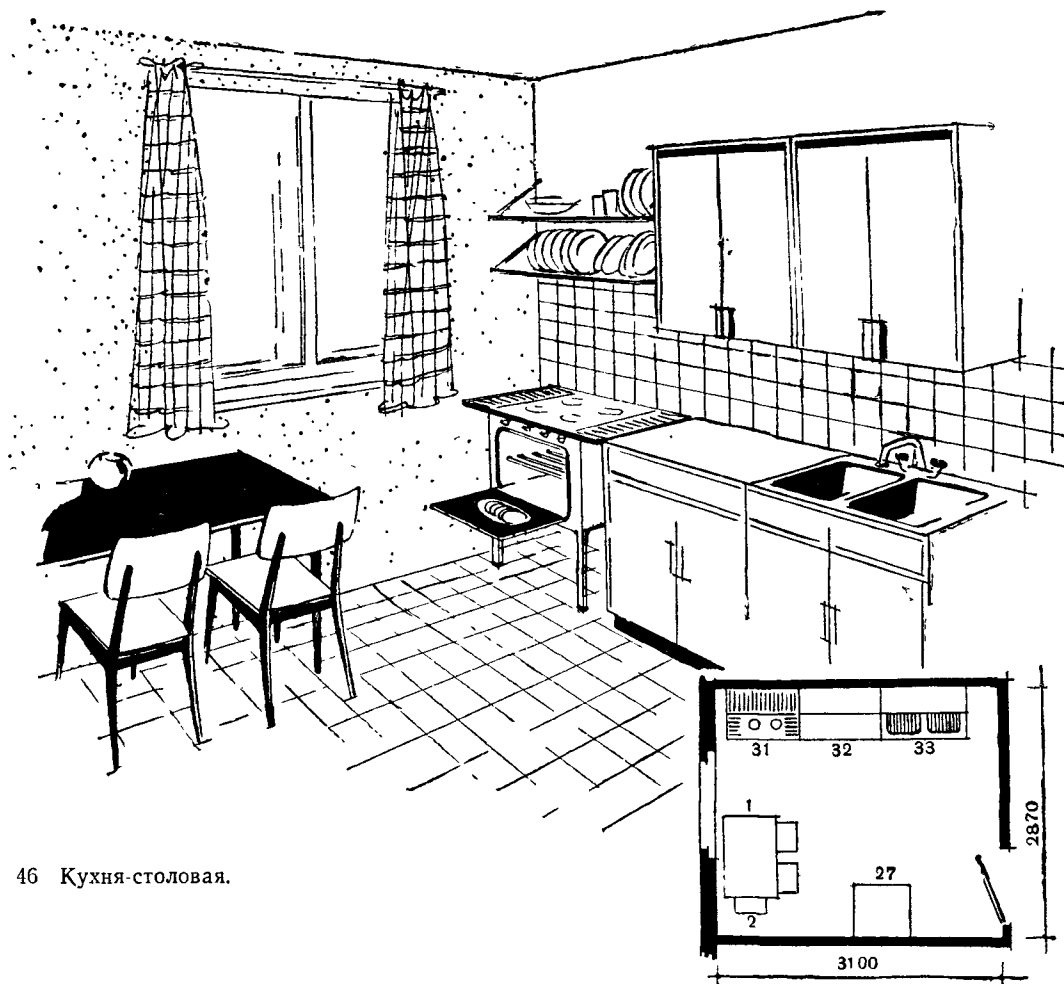


Рис. 46 Кухня-столовая.

сутствие лишних вещей обязательны для этого помещения.

Приготовление пищи — одна из самых сложных, кропотливых и трудоемких работ в доме. Экономия сил, времени и труда может быть в большей степени осуществлена при правильной расстановке кухонной мебели и наиболее целесообразном расположении кухонного инвентаря.

Нужно так располагать хозяйственный инвентарь и посуду, чтобы все было под рукой, чтобы все можно было достать, не нагибаясь и не становясь на стул. Приспособления, инструменты, посуду для какой-либо работы на кухне целесообразно держать в том месте, где эта работа проводится. Если, к примеру, посуду моют в раковине на кухне, то разумно поместить над раковиной полочку, где держать мочалки, щетки, средства для чистки посуды, а под раковиной, в специальном шкафчике, пристроенном к ней, — ведро для пищевых отходов.

Если инвентарь или утварь, которыми вы пользуетесь, устарели, изношены, неудобны, вы непременно будете затрачивать и больше усилий и больше времени, работа станет утомительной и значительно менее производительной. Так, удобный, достаточно острый нож ускоряет чистку и нарезку овощей и других продуктов.

Усталость после продолжительной работы на кухне бывает вызвана и неудобным положением корпуса, рук, излишним мускульным напряжением при нерациональном расположении рабочего места — кухонного стола, стула, раковины, плиты, полок, шкафа.

Если предметы, с которыми постоянно приходится иметь дело на кухне, расположены слишком высоко, возникает необходимость работать, высоко поднимая руки. Слишком низкое расположение полок, раковины, стола и другой кухонной мебели и инвентаря вынуждает сгибать корпус, опускать плечи: и то и другое неудобно и утомительно.

Устранить эти неудобства в большинстве случаев несложно. Если кухонный столик слишком высок, следует подпилить его ножки; если столик низок — под его ножки нужно подложить деревянные бруски. Очень удобен табурет с вертящимся сиденьем, которое можно поднимать или опускать.

У многих существует вредная и ничем не оправданная привычка проводить стоя поч-

ти все работы на кухне. Эта привычка настолько распространена, что часто на кухнях, особенно коммунальных, вообще нет стульев, а табуретки, которые здесь стоят, используются преимущественно для установки корыта или другого кухонного инвентаря.

Привычка проводить работу стоя в подавляющем большинстве случаев не вызывается необходимостью, она утомительна, а в ряде случаев и вредна. Объясняется же такая привычка обычно тем, что хозяйка, не позаботившись о правильном соотношении высоты рабочего места и стула, сидя занимает настолько неудобное положение, что предпочитает работать стоя. Если же устранить это несоответствие, преимущества работы в сидячем положении станут совершенно очевидными. При самой непродолжительной тренировке можно приучить себя сидя проводить на кухне многочисленные и разнообразные работы, особенно первичную обработку и подготовку продуктов, чистку овощей, рыбы, переборку крупы, замес и раскатку небольших количеств теста, небольшую стирку и даже глажение.

Кухонная мебель — рабочий стол, стулья, шкаф должны быть гладкими, без украшений, резьбы, чтобы в них не скапливались грязь и пыль.

Наилучшими в отношении гигиеничности следует считать кухни, стены которых покрыты облицовочной плиткой на высоту 1,6—2 м от пола. Особенно необходимо это покрытие у плиты, водопровода и раковины. Можно окрасить кухонные стены на всю их высоту или на высоту панели (1,6—2 м) и масляной краской; это, конечно, дешевле, но зато менее долговечно. Стены, покрытые масляной краской, можно время от времени мыть. Иногда и потолок кухни покрывают масляной краской, но чаще всего для этого применяют клеевую. Пол на кухне удобнее всего покрыть линолеумом — он легко моется и не так холоден, как плиточный.

Столовая и чайная посуда ежедневного обихода, весь кухонный инвентарь и приспособления, а также сухие продукты должны стоять на кухне, здесь же можно поставить и холодильник, где сохраняются быстропортящиеся продукты. Желательно, чтобы холодильник стоял у стены, противоположной плите.

Если в кухне нет стенных шкафов и размеры ее не позволяют установить спе-

специальный шкаф для хранения продуктов, инвентаря и посуды, хозяева сами могут использовать углы кухни для пристройки шкафа. Такие пристроенные шкафы занимают немного места. В них хранят кухонную посуду — кастрюли, сковороды и т. п. С внутренней стороны дверцы шкафа развешивают мелкий кухонный инвентарь.

Если рабочий стол хозяйки стоит у стены, то над ним помещают закрытые полки или стенной висячий шкафчик, где и держат те продукты (соль, перец, уксус и т. п.), которые должны быть всегда под рукой. В ящиках рабочего стола хранят кухонные вилки, ножи, ложки и мелкие приспособления, нужные во время работы.

Над раковиной очень удобно повесить специальную проволочную сетку для сушки посуды. Это несложное приспособление не только экономит время на вытирание посуды, но и обеспечивает ее чистоту.

Если кухня не оборудована специальной раковиной для мытья посуды, то для этой цели приспособляют обычную. В этом случае раковину следует использовать только для мытья посуды, сырых овощей,

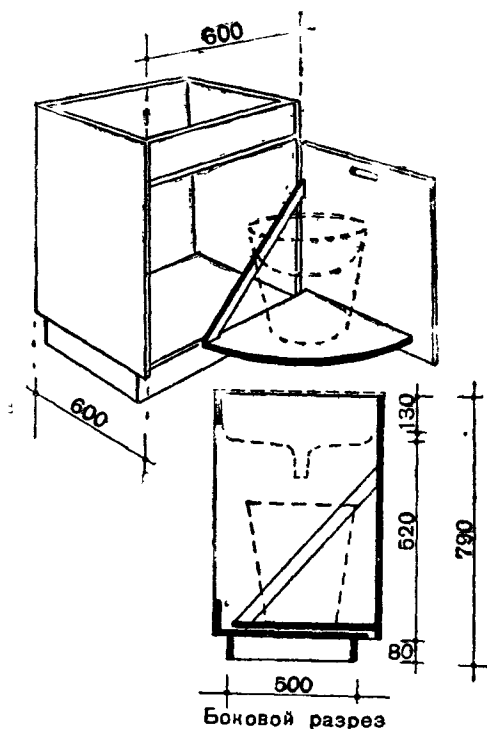


Рис. 47. Стол для мойки.

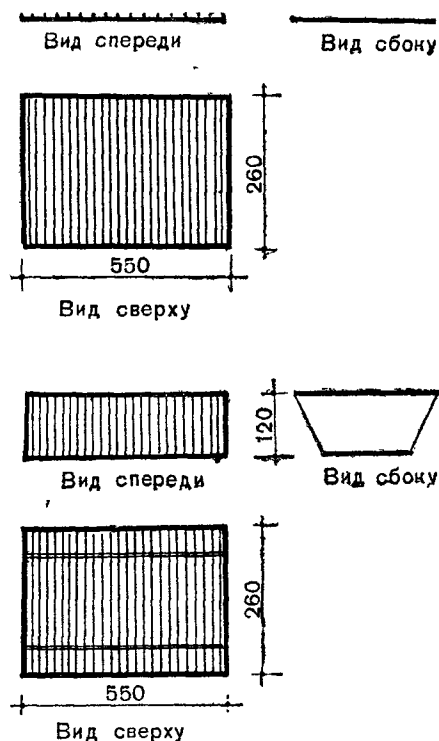
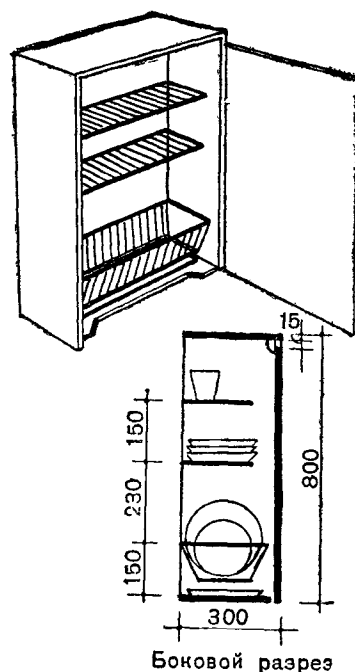


Рис. 48. Сушильный шкаф и вставные металлические решетки для сушки посуды в шкафу.

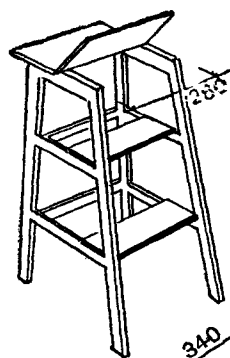
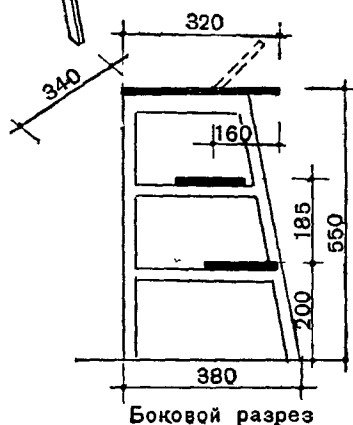


Рис 49 Стремянка для кухни.



сырой рыбы, но не для слива пищевых остатков, жирных супов, грязной воды и т. п. Не менее двух раз в день раковину следует промывать горячей водой. Это делают не только для того, чтобы раковина была чистой, но и чтобы в трубах не скапливался жир, который, разлагаясь, портит воздух.

Для мытья посуды можно использовать и столик (рис. 47); над ним можно поместить сушильный шкаф для посуды (рис. 48). Хорошо иметь на кухне стремянку (рис. 49).

Обычно плита, водопроводный кран и раковина бывают расположены в кухне по соседству друг от друга. Такое устройство дает возможность использовать противоположную часть кухни под столовую. В кухне-столовой ставят небольшого размера обеденный стол, стулья и холодильник. Если площадь мала, обеденный стол, сту-

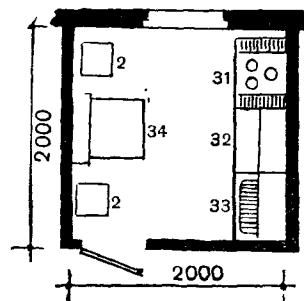
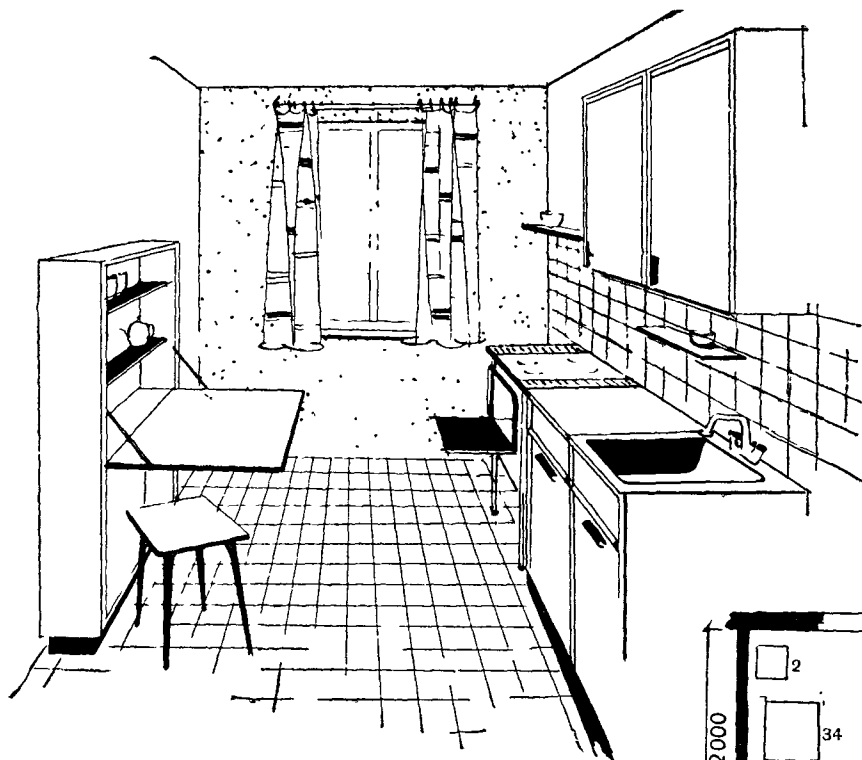


Рис. 50 Шкаф с откидным столом в маленькой кухне.

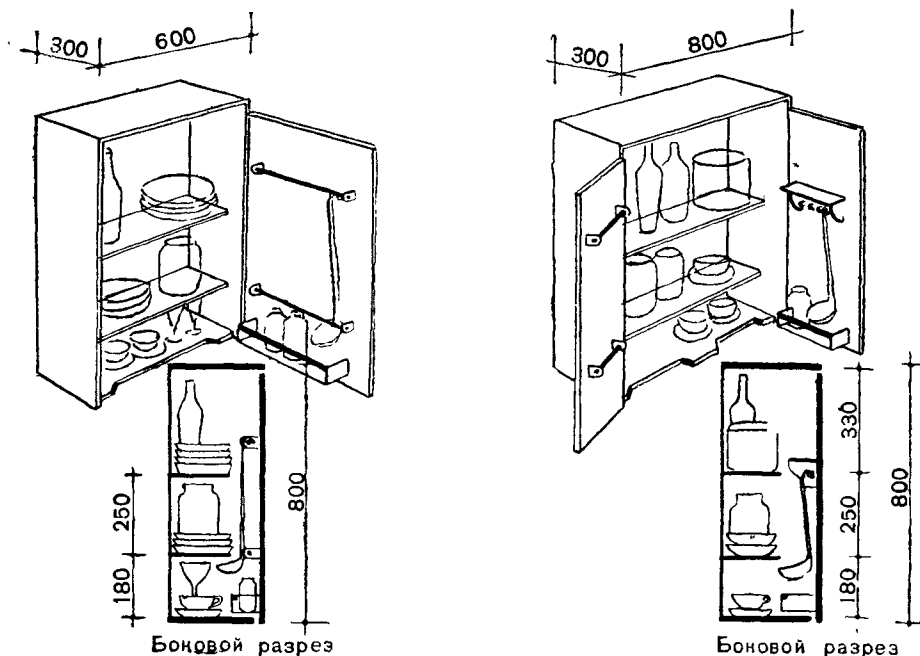


Рис. 51. Подвесные шкафы.

ля и столик для подготовки продуктов к варке можно сделать откидными (рис. 50).

В коммунальной квартире кухня обычно наиболее неудобное место.

О возможном переустройстве этого помещения необходимо позаботиться в первую очередь, не пренебрегая даже и самыми, казалось бы, незначительными мелочами.

Подвесные шкафчики (рис. 51), встроенные и пристроенные стенные шкафы, всевозможные полки, столы со шкафчиками (рис. 52), откидные столы (рис. 53) и стулья, шкафы с откидными столами (рис. 54) — все эти и другие приспособления особенно нужны на кухне коммунальной квартиры.

Во многих кухнях рационально было бы заменить одну четырехконфорную газовую плиту двумя двухконфорными. Хозяйкам стало бы от такого переустройства удобнее, им не пришлось бы постоянно сталкиваться и мешать друг другу.

Плохая видимость затрудняет работу. Электрическая лампочка посередине потолка кухни, как правило, освещает достаточно ярко только потолок, хотя в этом нет никакой нужды и свет ее почти не доходит до рабочих столов хозяек. Можно перене-

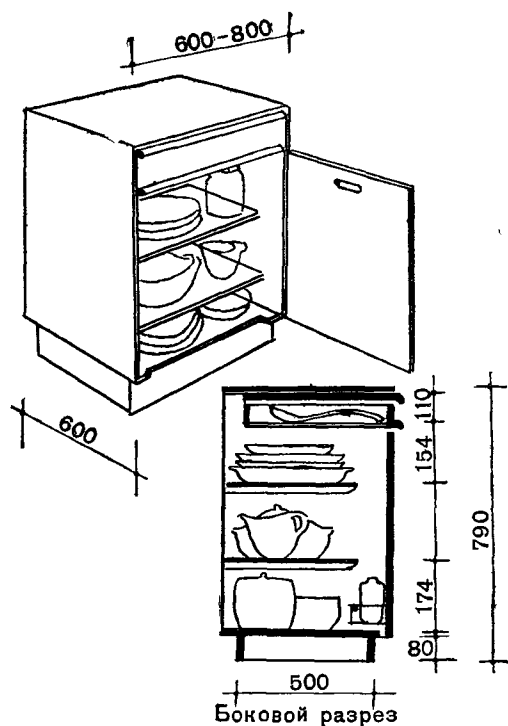


Рис. 52. Стол со шкафчиком.

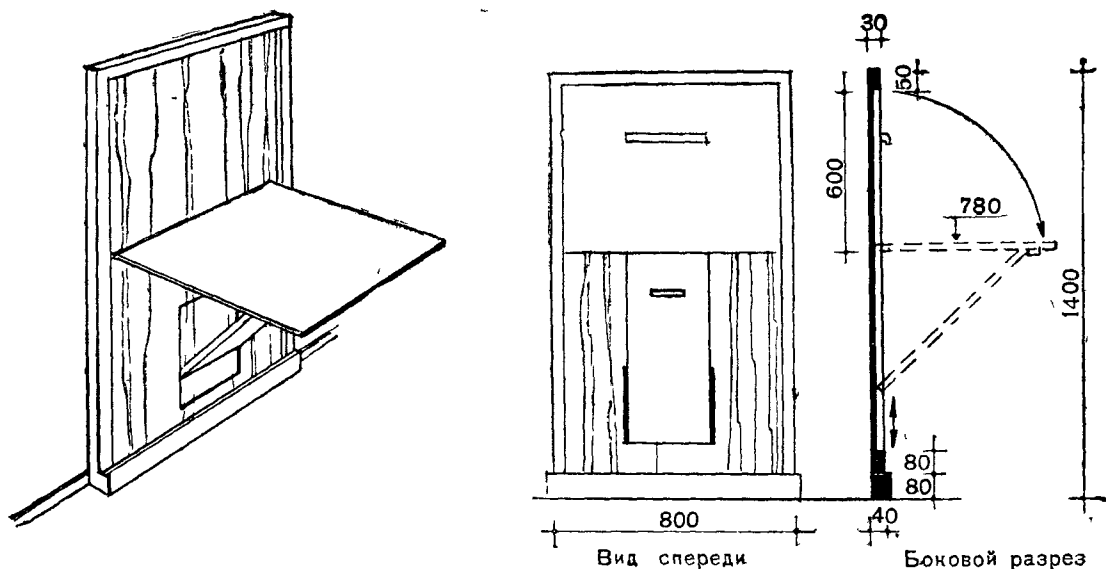


Рис. 53. Откидной стол.

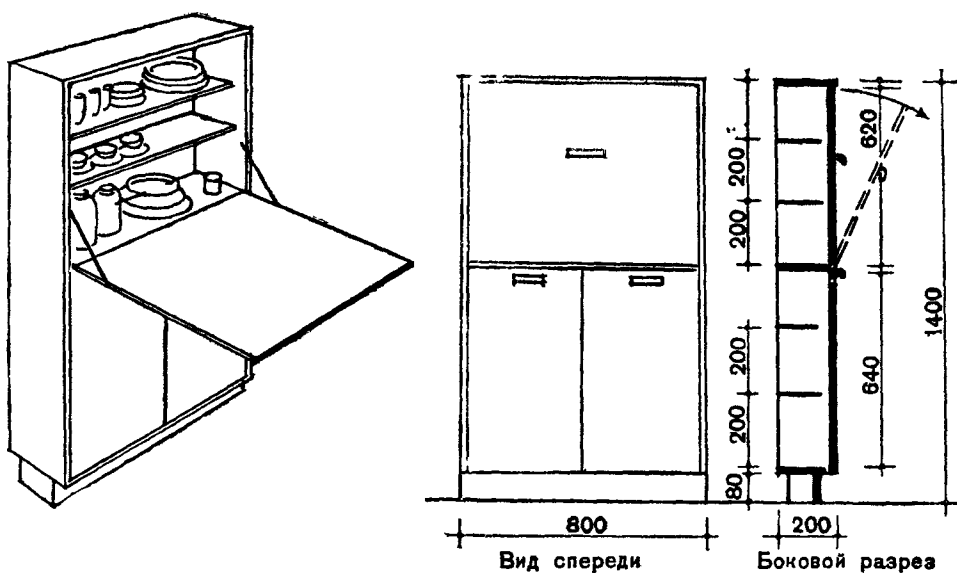


Рис. 54. Шкаф с откидным столом.

сти лампочку в такое место, где бы она хорошо освещала и плиту и кухонные столы.

Холодильник быстро окупает свою стоимость, так как он сохраняет свежесть продуктов, которые при иных условиях хранения могли бы испортиться.

Нельзя также упускать из виду, что приготовление многих кушаний, в особенности

летнего меню (муссы, желе, кисели, компоты, ботвиньи, окрошки, мясные и рыбные заливные), нуждается в холодильнике. Масло, сметана, простокваша, молоко, прохладительные напитки, ягоды и фрукты вкуснее и аппетитнее, если вы их, перед тем как подать к столу, охладите в холодильнике.

Следует помнить, что холодильник мо-

жет продолжительное время сохранять свежесть продуктов, но вернуть доброкачественность испорченному он не в состоянии. Поэтому прежде чем положить продукты, кушанья или закуски в холодильник, проверьте их запах и внешний вид и, не колеблясь, выбросьте несвежие.

Не закладывайте на хранение горячих продуктов.

Чтобы не нарушить правильную циркуляцию воздуха в холодильнике, не храните в нем слишком много продуктов: нарушение циркуляции воздуха сокращает продолжительность хранения.

В холодильник лучше не закладывать остро пахнущих продуктов (сыр, селедку, дыню и др.), но если это все же нужно сделать, не ставьте их в то же отделение, где хранят масло, молоко, сметану, колбасу — все те продукты, которые используются без тепловой обработки.

Чтобы предохранить от высыхания отварное мясо, зеленый салат, зеленый лук и др., их следует, закладывая в холодильник, прикрыть пергаментной бумагой так, чтобы вокруг них не нарушилась циркуляция воздуха. Но никакой продукт нельзя класть в холодильник, плотно обернув его в пергамент или целлофан, так как без притока свежего холодного воздуха он испортится. Именно поэтому, к примеру, сырое фасованное мясо или мясные полуфабрикаты, перед тем как их закладывать на хранение, освобождают от целлофановой обертки.

Жидкости — молоко, сливки, супы, которые вы ставите в холодильник, лучше всего перелить в бутылки или в стеклянные банки, но никогда не оставляйте их в открытых кастрюлях.

Посуда и уход за ней. Для приготовления и принятия пищи необходима, конечно, разнообразная посуда (рис. 55, 56). Поговорим здесь о том, что может оказаться необходимым в небольшом хозяйстве молодой семьи.

Для варки первых блюд нужна кастрюля емкостью (в зависимости от состава семьи) от 3 до 5 л. Чтобы готовить вторые блюда, надо иметь либо две кастрюли вместимостью каждая от 1½ до 3 л, или, что удобнее, одну кастрюлю и один сотейник. Для сладких блюд хорошо иметь небольшую эмалированную кастрюльку емкостью от 1 до 1½ л. Желательно также иметь отдельную кастрюлю на 1—2 л для кипячения молока.

Для жарения нужны сковородки — одна чугунная побольше и другая маленькая (можно алюминиевую) для приготовления яичниц. Оладьи, блины и другие изделия из теста следует жарить только на чугунной сковороде. Поэтому хорошо иметь, кроме большой, маленькую чугунную сковородку и лучше не одну, а две-три, так как блины, например, следует печь одновременно на нескольких сковородках.

Домашнюю птицу обычно жарят в гусятницах. Наилучшими считают чугунные гусятницы, покрытые изнутри эмалью.

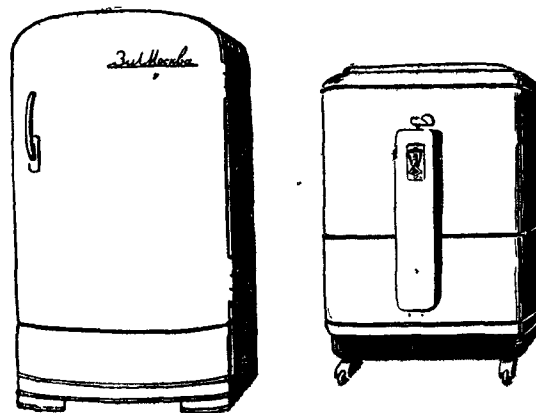
Для печения пирогов нужно иметь противень.

Для замеса теста можно использовать керамическую посуду или большую эмалированную кастрюлю. Разделяют тесто на большой доске, а раскатывают его с помощью скалки.

В вашем хозяйстве удобно иметь несколько деревянных досок. Одну из них предназначьте специально для разделки сырого мяса, вторую — для нарезания сырых овощей, третью — для первичной обработки рыбы и, наконец, четвертую — для нарезания готовых кушаний.

Вам, конечно, нужна мясорубка с различными насадками, чайник, кофейник, дуршлаг, сбивалка, несколько терок разных размеров, желобковый нож для чистки овощей, нож для открывания консервов, шумовка, чтобы снимать пену, решето и сито, не меньше двух кухонных ножей, деревянный молоток для отбивания мяса, пестик-толкушка для приготовления пюре.

Приведенный перечень, конечно, далеко не исчерпывает всего того, что нужно иметь



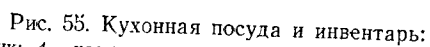


Рис. 53. Кухонная посуда и инвентарь:

1 — кастрюля; 2 — кофейник; 3 — чайник; 4 — кастрюля для кипячения молока; 5 — пароварка; 6, 7 — сковороды; 8 — ложка для соуса; 9 — гусятица; 10 — противни; 11 — держатель для сковородки; 12 — доска; 13 — венчик для сметания крошек; 14 — скалка; 15 — нож для очистки картофеля; 16 — терка; 17 — формочка для печенья; 18 — открыватель для консервных банок; 19 — дуршлаг; 20 — нож для открывания консервных банок; 21 — терка; 22 — шумовка; 23 — сито; 24 — решето; 25 — толкушка; 26 — молоток деревянный; 27, 28 — ножи; 29 — формочка для желе; 30 мясорубка; 31 — шприц для крема; 32 — ступка; 33 — ежик для мытья бутылок; 34 — разливательная ложка; 35 — пестик к ступке; 36 — кисточка для мытья посуды.

в хорошо организованном хозяйстве для приготовления пищи. Очень часто в магазинах, торгующих посудой и хозяйственными товарами, появляются новинки кухонного инвентаря. Надо внимательно следить за появлением этих новинок и при возможности приобретать их, так как каждая из них в какой-то мере помогает экономить время и труд.

Уход за посудой и кухонной утварью — одна из трудоемких и неприятных работ. Она станет значительно легче, проще и чище, когда в вашем распоряжении будет горячее водоснабжение и кухонная раковина с горячей водой. Пока приведем некоторые сведения о ручной мойке посуды.

Прежде всего, если вы хотите облегчить себе эту работу, не жалейте горячей воды и пользуйтесь мылом.

Горячая вода и копоть, которая бывает на посуде, портят кожу рук. Поэтому рекомендуется мыть посуду в резиновых перчатках, которые продаются в аптеках и в магазинах хозяйственных товаров. Кстати отметим, что после окончания работы резиновые перчатки, не снимая с рук, нужно вымыть теплой водой с мылом, вытереть чистым полотенцем, а затем, сняв с рук, припудрить тальком внутреннюю сторону перчаток для того, чтобы они не слипались.

Очень удобным и простым приспособлением для мытья посуды является кисточка из мочалы на деревянной палочке, которую вы можете сделать и сами. Эту кисточку после использования промывают горячей водой с мылом и высушивают.

Мыло для мытья посуды не должно иметь сильного запаха. Больше всего подходит для этой цели хозяйственное мыло, 72-процентное или банное.

Посуду, которую моют с мылом, всегда после этого необходимо сполоснуть чистой водой.

Легче и быстрее всего вымыть посуду немедленно после ее использования. Но если вам очень некогда и приходится отложить мойку посуды, то по крайней мере удалите с нее остатки пищи, сложите посуду стопками и прикройте полотенцем.

Остатки пищи с тарелок и кастрюль лучше всего удалять кисточкой из мочалы, со сковородок — мягкой, чистой бумагой. Никогда не скребите кастрюль, в особенности эмалированных, ножом или другим острым предметом. В случае необходимости влейте

в кастрюлю холодную воду, добавьте горсть соли и поставьте отмокать на ночь.

Не всякую посуду нужно вначале мыть горячей водой. Посуду, в которой было тесто, сырые яйца, молоко, рыбные кушанья, селедка, варенье, моют вначале холодной водой, а затем уже горячей. Чтобы с ножей, вилок, ложек удалить запах селедки, лука, рыбы, протрите их самой мелкой сухой солью, затем вымойте холодной водой, а потом сполосните горячей.

Чугунную посуду моют горячей водой с мылом. Для удаления приставших или пригоревших пищевых остатков эту посуду можно протереть наждачной бумагой или самым мелким песком.

Перед употреблением новой сковороды, котелка и другой чугунной посуды на дно их насыпают слой соли, ставят посуду на огонь, прокаливают, затем оттирают этой же солью, вытирают чистой бумагой, смазывают слоем жира и вновь прокаливают.

Многие хозяйки считают, что сковороду после употребления не нужно мыть, так как на ней остался жир. Это, безусловно, неправильно: остается не только жир, но и горелые крошки обжариваемого продукта. Поэтому, сэкономив несколько капель жира, вы рискуете в следующий раз испортить вновь обжариваемые продукты.

Оставшийся на сковороде жир осторожно слейте в отдельную посуду, а сковороду вымойте горячей водой.

Никелированную посуду моют теплой водой с мылом. Сильно загрязненную никелированную посуду с внутренней стороны протирают смесью уксуса и соли (1 столовая ложка уксуса и 1 чайная ложка соли). Наружную поверхность этой посуды хорошо чистить порошком мела.

Алюминиевую посуду моют горячей водой с мылом, а сильно загрязненную можно вычистить смесью мыла и жженой магнезии или уксуса и порошка пемзы, взятых в равных частях. При варке пищи и в особенности при длительном кипячении воды такая посуда темнеет. Для удаления этого недостатка посуду протирают мягкой тряпочкой, смоченной уксусом.

Эмалированная посуда хорошо отмывается горячей водой с содой (25 г соды на 1 л воды), после чего ее необходимо прополоскать. Эту посуду можно быстро вымыть горячим крепким раствором соли.

Все реже и реже используется в обиходе латунная и медная посуда. Пожалуй, единственная посуда, которую еще вырабатывают из этих металлов, — тазы для варки варенья и ступки. Эту посуду чистят растертым в порошок кирпичом. Можно также протереть ее ягодами бузины или массой из измельченного щавеля, смешанного с содой.

Глиняную посуду моют горячей водой с мылом, содой или золой, тщательно прополаскивают и сушат в печи или на солнце. Особенно тщательно нужно промывать горшки, крынки, в которых хранят молоко. Новую глиняную посуду рекомендуется до использования залить водой с уксусом и солью и прокипятить в течение часа.

Ножи, вилки, ложки перед мытьем нужно протереть мягкой бумагой для того, чтобы удалить с них остатки пищи. Железные ножи и вилки чистят наждачным порошком или мелко растертым кирпичом. Приборы из нержавеющей стали моют горячей мыльной водой, а затем споласкивают чистой. Серебряные и мельхиоровые столовые приборы хорошо очищаются смесью нашатырного спирта с мелом. Если эти приборы долго лежат неиспользованными, они темнеют. Для устранения этого дефекта рекомендуют положить такие приборы на 10—15 минут в воду, в которой варился картофель.

Мясорубку нужно тщательно мыть горячей водой. Только после рыбы и селедки ее споласкивают сначала холодной водой, а затем уже промывают горячей. После мытья все части мясорубки нужно очень тщательно просушить, а собрать мясорубку лишь после того, как она совершенно высохла. Для того чтобы при длительном хранении мясорубка не ржавела, ее внутри можно смазать тонким слоем очищенного глицерина, но при этом непременно нужно перед употреблением ее не только тщательно вымыть, но и обдать крутым кипятком.

Фарфоровую и фаянсовую посуду моют горячей водой. Иногда на чашках остаются следы чая или кофе, которые трудно удалить даже мыльной водой. В этом случае посуду с внутренней стороны нужно протереть ваткой, смоченной столовым уксусом или крепким раствором поваренной соли.

Чайную посуду рекомендуется мыть отдельно от столовой и вытирать ее специальным чайным полотенцем.

Тарелки, блюда, чашки, покрытые золоченым рисунком, нельзя мыть содовым раствором. Их промывают горячей водой. Если же посуда сильно загрязнена, в воду добавляют немного мыла. Рельефные или вдавленные украшения можно промыть при помощи зубной щетки, смоченной в мыльной воде. Для мытья стеклянных рюмок, бокалов, фужеров, украшенных золотыми ободками, применяют теплую воду, в которую добавляют несколько капель нашатырного спирта, после чего посуду споласкивают чистой холодной водой. Никогда не мойте эту посуду содовой или мыльной водой и не применяйте горячую воду.

Хрупкую, тонкую стеклянную, фарфоровую, хрустальную посуду моют в тазу, подложив на дно его мягкую чистую ткань, для того чтобы предохранить посуду от повреждений. Стеклянные и хрустальные рюмки, бокалы и фужеры очень удобно вытирать после мытья бумажными салфетками, так как обычное полотенце оставляет на этой посуде мелкие ворсинки.

Стеклянные банки с узким горлышком и бутылки из-под масел моют специальным приспособлением — ежиком — и горячей мыльной водой с содой или золой. Можно вымыть эту посуду, протолкнув через горлышко мелкие обрезки бумаги, измельченную яичную скорлупу, кофейную гущу или мелкий чистый песок.

Стеклянные или хрустальные графины можно промыть от осадков вина смесью воды с уксусом; хорошо очищается графин, если в эту смесь добавить промытые косточки от вишен.

Для того чтобы новые стеклянные стаканы и блюда не лопались от резкой перемены температуры, их опускают в кастрюлю или таз, на дно которых насыпают слой песка; заливают холодной водой; ставят на огонь и доводят до кипения; затем в воду добавляют несколько столовых ложек соли и кипятят полчаса; снимают с огня, дав воде остыть, извлекают посуду и споласкивают ее холодной водой.

Термос можно промыть горячей водой, в которую добавить несколько капель нашатырного спирта, и затем несколько раз сполоснуть чистой водой. Следы кофе или какао удаляют, промывая термос горячей водой с питьевой содой. До использования термос хранят открытым.

Для удаления накипи, которая обра-

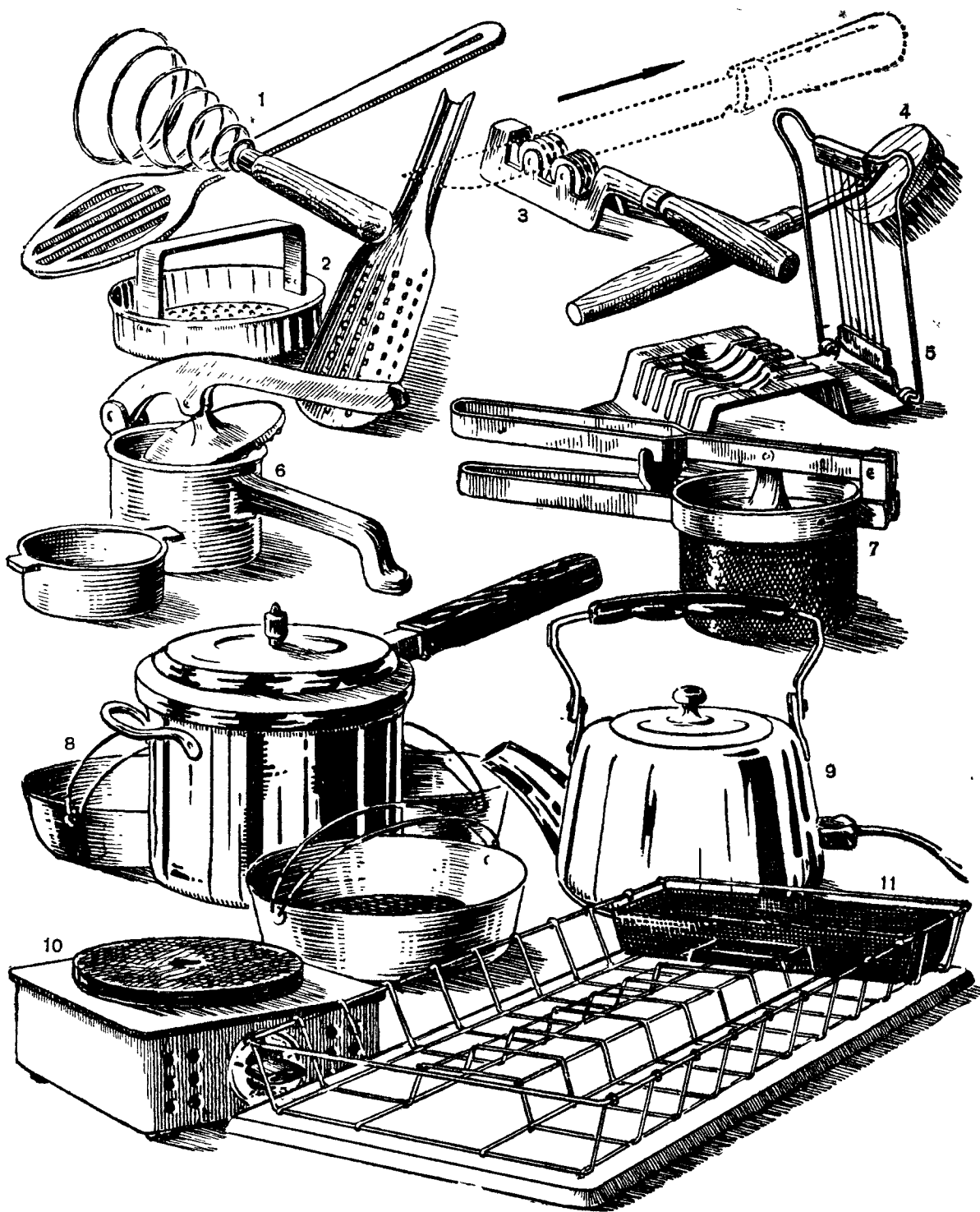


Рис. 56. Кухонная посуда и инвентарь:

1 — сбивалки для крема; 2 — терки для чистки рыбы; 3 — точилка для кухонных ножей; 4 — щетка для мытья посуды; 5 — резак для вареных яиц; 6 — соковыжималка; 7 — пресс для приготовления пюре; 8 — кастрюля-скороварка; 9 — электрический чайник; 10 — электрическая плитка; 11 — подставка для посуды.

зуется на дне и стенках металлических чайников, эту посуду заполняют сырыми картофельными очистками, заливают холодной водой и кипятят несколько часов. Можно также использовать раствор уксуса

(на 1 л воды — 2 чайные ложки уксусной эссенции), в этом случае в чайник наливают холодную воду с уксусом, ставят на огонь, кипятят 2 часа, а затем тщательно и многократно промывают чистой водой.

РАСЧЕТ И СБЕРЕЖЕНИЯ

Не столь опасен для бюджета семьи большой расход на покупку ценной вещи, сколь беспечные ежедневные расходования незначительных сумм. Большую покупку даже самые легкомысленные люди предварительно обдумывают и обсуждают, а мелкие ежедневные траты обычно считаются недостойными внимания и учета, а в сумме именно они-то и составляют значительные лишние расходы.

Нужно умение не только распределить деньги на ближайшие две недели до получения очередной зарплаты, но вообще правильно, разумно планировать свои средства, уравнивая доход и расход на протяжении не только месяца, но и года.

Отсутствие расчета в домашнем хозяйстве неизбежно приводит к серьезным затруднениям. Причиной этих затруднений не всегда является только излишняя расточительность, иногда это и неоправданная бережливость, при которой деньги не расходуются своевременно даже в самых необходимых случаях, на самые нужные вещи.

Одним из наилучших способов определения того, как вы расходуете свои средства, правильно или неправильно затрачиваете их, является ежедневная запись расходов.

Анализ ежедневных расходов, ежемесячный итог их, сравнение с предыдущим месяцем или с аналогичным месяцем прошлого года с большой очевидностью позволяют определить, какие расходы были лишними, какие нужными и целесообразными. Выводы из такого анализа позволяют

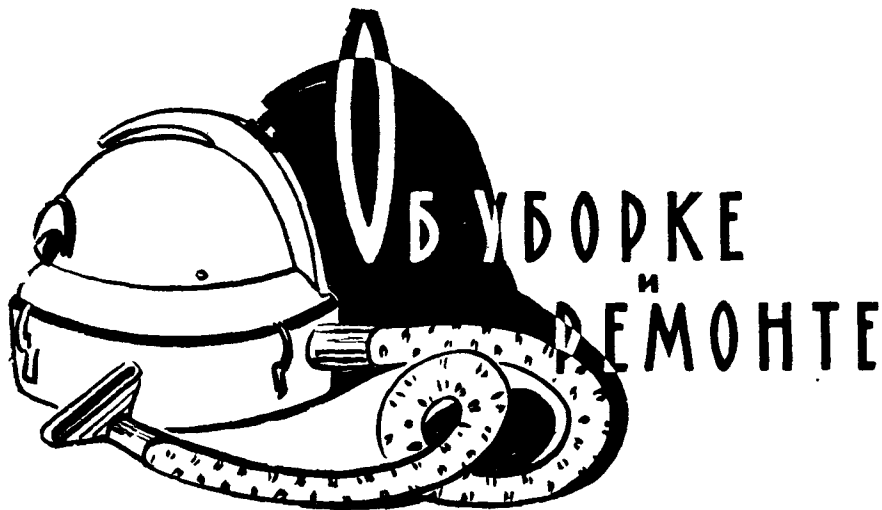
сокращать или увеличивать данный расход за счет более или менее необходимого.

Иные хозяйки возражают против записи расходов, объясняя это тем, что они тратят только то, что имеют, и не покупают ничего лишнего. Но ведь не всегда сразу можно определить, лишним или нужным был расход. А кроме того, далеко не всегда можно позволить себе тратить все, что имеешь.

Всякое хозяйство нуждается в резервах. Нуждается в них и домашнее хозяйство, как бы мало оно ни было. Сбережения семьи и создают такие резервы. Они, эти сбережения, обычно бывают рассчитаны на все те случаи, которые связаны с необычными, повышенными расходами: путешествием или экскурсией во время отпуска, приобретением шубы, новой мебели, ремонтом квартиры, покупкой автомашины и т. п.

Если деньги у вас всегда под руками, их легче всего истратить не по назначению. Поэтому пользуйтесь услугами сберкассы, даже когда речь идет о небольших суммах: в этом есть своеобразная финансовая дисциплина домашнего хозяйства.

Обязательно заведите тетрадь для записей. В нее вы будете записывать не только ежедневные расходы, но и новые рецепты блюд, полезные сведения и советы по домашнему хозяйству. В эту же тетрадь можно вносить план работы по дому на ближайшее время, ближайший сезон или неделю, здесь же следует вести запись повседневных расходов. Вы скоро привыкнете к своей тетради и к записям в ней, и они станут для вас необходимыми.



УБОРКА ПОМЕЩЕНИЯ

Легче не пачкать, чем убирать. Если каждый член семьи усвоил это простое правило, сколько времени, труда и сил можно ежедневно экономить.

Удаление пыли, грязи, пятен требует значительного времени. Предохранение жилища и домашних вещей от загрязнения в большинстве случаев может ограничиться самыми простыми несложными мероприятиями.

У порога комнаты или квартиры положите толстый коврик или кусок войлока. Пусть каждый, кто входит в квартиру, тщательно вытирает ноги. Еще лучше, если каждый из ваших домочадцев, придя домой, в прихожей сменит обувь на домашнюю.

Не следует чистить, сушить обувь на кухне, так как здесь готовят пищу.

Никогда не вытряхивайте и не очищайте от пыли домашние вещи и носильные платья в комнате. Делайте это попозднее, вечером во дворе.

Коврик или дорожка из линолеума, положенные под обеденный стол, защитят паркетный пол от жирных пятен. Очень удобен поднос, на который можно ставить использованную посуду. Специальная

щетка и совочек пригодятся вам, чтобы сметать со стола крошки и остатки пищи.

Под вазу с цветами, под бутылки или графины подкладывайте маленькие кружочки из клеенки или из другого подобного материала.

Перед тем как начать шить или кроить, поставьте рядом с собой корзинку или коробку для лоскутов, обрезков, ниток — это избавит вас от необходимости собирать их с пола.

Не варите пищу на слишком большом огне. Следите за тем, чтобы она не перекипала и не пригорала. Много времени и труда отнимает чистка плиты и кастрюль. Не ленитесь лишний раз проверить, не коптит ли керосинка, не горит ли слишком сильно газ или примус.

Поставьте на плиту металлическую коробочку для складывания обгоревших спичек, а чтобы избавиться от излишней копоти, положите на конфорку плиты под кастрюлю металлический кружок.

Перед тем как начать чистку овощей, приготовьте кусок бумаги для очисток.

Прикрепите к двери, у ее ручки специальную стеклянную или пластмассовую пластинку, которая защитит дверь от

пятен. Не открывайте дверь мокрыми руками.

Трудно очистить плиту или керосинку от пригоревшего молока, а воздух квартиры освободить от его неприятного запаха. Простое приспособление, так называемый «молокоосторож», предохраняет кипящее молоко от переливания через край посуды.

Перед тем как приступить к туалету маленького ребенка (смена пеленок, умывание, присыпание, смазывание), положите на пол у столика или кровати кусок клеенки, чтобы предохранить пол от пятен.

Следите за чистотой пола на кухне, в ванной комнате, в уборной. Чем чище в местах общего пользования, тем меньше грязи вы будете вносить в жилую комнату.

Не забывайте закрыть крышкой бак или другую посуду, в которой нагревается вода: пар портит окраску стен, обои, мебель.

Летом от яркого солнца и пыли, которая проникает через открытое окно, выцветают ковры, дорожки, портьеры, портится полированная и мягкая мебель. Убирайте на лето ковры и другие декоративные ткани, защищайте их от моли. Мягкую и полированную мебель покрывайте на лето чехлами.

Если вы уезжаете в отпуск или проводите лето за городом, перед отъездом снимите занавеси, закройте абажуры, люстры бумагой или тканью и уберите в ящик вазы, статуэтки.

Каждой вещи — свое место, в этом основа порядка в домашнем хозяйстве.

Определяя место для хранения и расположения тех или иных вещей, исходят из того, что предметы должны быть собраны по группам (например, отдельно столовое белье, отдельно носильное и постельное), по частоте использования, по объему и весу и, наконец, по тому или иному температурному режиму хранения.

В наиболее доступных и наиболее удобных для доставания местах располагают те вещи, которые чаще всего используются.

Предметы, которые применяют постоянно, ежедневно или несколько раз в день, группируют согласно их назначению и размещают в непосредственном соседстве с тем местом, где их используют.

Вещи периодического или сезонного использования после окончания сезона (зимние или летние платья и обувь, спортивный инвентарь, чемоданы и предметы для путешествия и поездок), кухонную утварь

специального назначения, такую, как тазы для варки варенья, терки для шинкования капусты, размещают в более удаленных и менее доступных местах — на антресолях, в кладовых, в глубине шкафов и т. п.

Если в вашем хозяйстве применяются для чистки, уборки, мытья, удаления пятен, стирки и иных надобностей химические препараты (каустик, различные кислоты, нашатырь), храните их непременно отдельно от всех остальных вещей, в местах наименее доступных, вдали от огня, продуктов, посуды, предметов ухода за ребенком. Никогда не оставляйте такой препарат на столе, на кухне, в детском уголке, ставьте его на место тотчас же после использования. Не полагайтесь в этом деле на свою память — ведь можно позабыть и спутать. Сколько несчастных случаев бывает оттого, что забыли поставить ядовитое вещество на место или хранили его вместе с лекарствами.

Лекарства, аптечные препараты, предметы ухода за больными обязательно следует хранить отдельно, в особом месте, лучше всего в специальной домашней аптечке — деревянном шкафчике или картонной коробке.

Существует простая система хранения, которая позволяет легко и быстро отыскать нужную вещь даже в самом большом глубоком шкафу. Для этого предварительно распределяют полки и ящики шкафа, отводят для каждой группы вещей определенное место, составляют инвентарный список вещей, расположенных на той или иной полке или в ящике, и прикрепляют этот список к внутренней стороне дверки шкафа.

Каждая хозяйка хочет, чтобы в доме был порядок, чтобы было безукоризненно чисто и хорошо убрано. Но все же не следует доводить любовь к порядку до абсурда: не позволять садиться на диван, так как от этого, дескать, портится обивка, не давать работать за столом, так как это нарушит симметрию стоящих на нем предметов.

Ваша квартира или комната не музей, где можно любоваться вещами, но нельзя их трогать руками, и не выставка, где демонстрируются ваши достижения в домоводстве. Не забывайте, что блестяще натертый паркет или чисто вымытый пол существует для того, чтобы по нему ходили, что белоснежная скатерть хороша и нужна во

время обеда, а не только как предмет убранства комнаты.

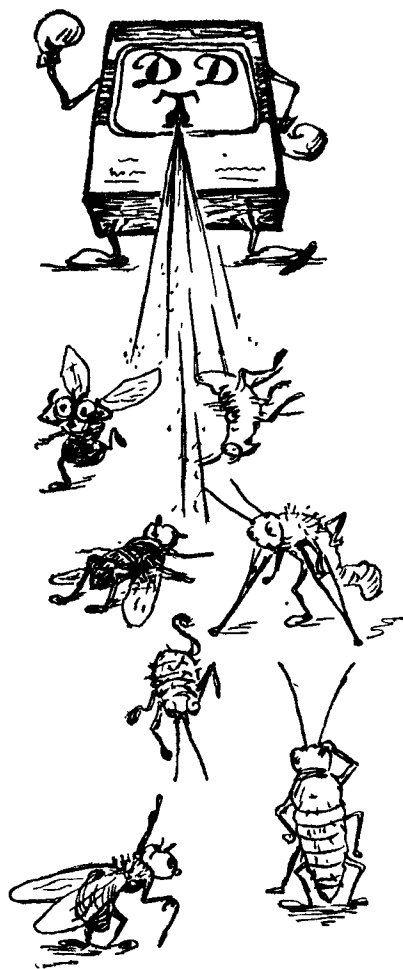
А разве не бывает так? Наступает предпраздничная пора, и за две недели до праздника вдруг нарушается налаженный порядок в доме. Все вещи, мебель, украшения сдвигаются со своих мест и под предлогом того, что началась «генеральная уборка», исчезают порядок и чистота, нарушается режим дня. В течение многих дней семья живет в неубранных комнатах, дом становится неудобным и неуютным. Здесь уже нельзя толком ни отдохнуть, ни поработать.

А между тем такое нарушение привычных и удобных условий вовсе не вызывается необходимостью. Если в вашем распоряжении одна комната, самую тщательную уборку можно, не переутомляясь, провести в течение двух дней. Если же вы живете в квартире, то и в этом случае можно, не нарушая порядка сразу во всех помещениях, сделать уборку раньше в одной комнате, а затем перейти в следующую. Прежде чем снимать украшения, отодвигать со своих мест вещи, рассчитайте свое время и постарайтесь, чтобы между нарушением порядка и восстановлением его прошло минимальное время. Сегодня сняли драпировки и занавеси и сегодня же их вычистили или выстирали. Не уподобляйтесь той хозяйке, которая в понедельник сняла занавески, зная, что стирать их можно будет только в пятницу.

Частота уборки зависит от величины площади. Маленькую комнату следует убирать чаще, так как теснота способствует скоплению пыли и грязи. В квартире совсем не обязательно проводить уборку с одинаковой частотой во всех комнатах. Понятно, что наиболее обитаемые комнаты нуждаются в более частой уборке и наоборот.

В помещении, где живет многодетная семья, уборку производят ежедневно, а иногда и дважды в день. Комнату, где живет бездетная семья, чета молодоженов, пожилые люди, достаточно бывает убрать тщательно два раза в неделю, а остальные дни только поддерживать порядок.

Непременно и ежедневно нужно очень тщательно убирать кухню, вне зависимости от ее величины и от состава семьи, которая ею пользуется. Место, где готовится пища, должно быть безупречно чистым. Не только полы, стены, потолки, вся кухонная мебель, инвентарь, посуда, но даже тряпки, которыми снимают посуду с огня, должны



быть чистыми. От чистоты на кухне во многом зависит чистота и доброкачественность пищи.

Мухи, тараканы, грызуны являются переносчиками многих заразных болезней. Боритесь с ними. Уничтожайте их не только в кухне, где готовят и хранят продукты, но и во всех комнатах квартиры.

Наиболее эффективным средством борьбы с мухами и тараканами является препарат ДДТ. Этим препаратом можно обрабатывать стены, пол, потолок, окна, двери, плиты, висячие полки, но не следует поливать раствором или посыпать порошком ДДТ кухонные столы, утварь, посуду, полки шкафа, где хранятся продукты. Эти предметы обливают кипятком.

До обработки помещения препаратом ДДТ или другими средствами борьбы с паразитами (при возможности лучше пору-

чить такую обработку специалистам из дезбюро) из него нужно вынести все продукты, кухонный инвентарь, посуду, а столы, полки шкафов после того, как они облиты кипятком, закрыть плотной бумагой. После окончания дезинсекции эту бумагу надо сжечь.

Для борьбы с грызунами, если в доме нет кошки, лучше всего пользоваться капканами и мышеловками. Там, где можно обратиться к специалистам — дератизаторам, допустимо использование и ядовитых средств, но самим применять эти средства не следует.

Ежедневная уборка кухни и мест общего пользования обязательна как в отдельной, так и в особенности в коммунальной квартире, где она проводится хозяйками поочередно.

Практика показала, что наиболее целесообразны недельные дежурства (количество недель дежурства устанавливается чаще всего в соответствии с количеством членов каждой семьи).

Дежурная хозяйка или кто-нибудь из членов ее семьи ежедневно убирает помещение кухни и места общего пользования.

При этом моют пол или протирают его влажной тряпкой, чистят плиты, конфорки и устройства под конфорками (в газовых плитах), тщательно моют горячей водой раковины и кухонные столы.

Пищевые отбросы в помещении кухни нужно держать в ведрах с крышками и удалять их по мере наполнения ведер, но не реже одного раза в день. Опорожненное мусорное ведро нужно промыть специальной щеткой или палкой с навязанной на нее тряпкой, а затем ошпарить кипятком.

Кухню необходимо чаще проветривать.

Летом окна на кухне можно загораживать металлическими сетками или марлей. Сетки чистят щеткой, а марлю время от времени стирают.

В конце недели и перед сдачей дежурства проводится более тщательная, так называемая еженедельная уборка этих помещений, пол при этом моют горячей водой с содой.

Следует отметить, что побелка кухни должна проводиться не реже, чем один раз в год.

Каждая хозяйка должна выработать такие навыки домашней работы, чтобы ей не приходилось несколько раз возвращаться к одному и тому же делу, не пакать того, что уже вычищено, не разбрасывать

того, что сложено. Неразумно, к примеру, раньше вытереть пыль, а затем подметать пол, так как пыль, поднятая щеткой, вновь оседает на всех вещах.

При правильной последовательности в работе создается известный ритм, пользуются одними и теми же инструментами, приспособлениями, не тратят времени на их смену. И это все позволяет экономить время.

Так, при ежедневной уборке помещения следует раньше всего убрать весь крупный мусор (бумагу, окурки и т. п.), затем подмести пол во всех помещениях, после чего вытереть пыль со всех вещей и, наконец, поставить на место все отодвинутые во время уборки предметы.

При сезонной уборке план работы изменяется. Вначале тщательно удаляют пыль с мелкой мебели и предметов украшения (столиков, стульев, ваз, статуэток, шкатулок), выносят вычищенные вещи из комнаты, а если это невозможно, то составляют их в одно место и тщательно закрывают тканью, газетной бумагой. Снимают занавески и драпировки с окон и дверей, картины и ковры со стен. Все тщательно очищают от пыли. Занавеси из тюля или стирающейся ткани замачивают в холодной воде, а все остальные вещи складывают и либо выносят из комнаты, либо закрывают тканью или бумагой. Чистят мягкую мебель, закрывают ее от пыли, чистят ковры и скатывают их трубкой.

Из шкафов, буфетов, ящиков вынимают все вещи, чистят их, закрывают бумагой. Внутреннюю часть шкафов протирают слегка влажной тряпкой, меняют бумагу на полках, а затем расставляют или развешивают все вещи и плотно закрывают дверцы шкафа. Вытирают пыль с наружной стороны шкафа, закрывают его бумагой и приступают к чистке потолка и стен.

После уборки потолка и стен моют окна и двери, чистят зеркала и приступают к мытью полов.

Потолок протирают щеткой, навязав на нее чистую сухую тряпку. Протирку потолка проводят по направлению к источнику света — к окнам, что дает возможность лучше видеть. Протирают карнизы и углы — места наибольшего скопления пыли. Не следует протирать пыль слишком сильными и энергичными взмахами щетки, так как от этого на потолке могут образоваться некрасивые полосы и пятна.

Когда круглой щеткой пылесоса удаляют пыль с потолка, эту щетку держат не вплот-

ную к поверхности потолка, а на небольшом расстоянии от него (1—2 см), при таком способе на потолке не остается полос.

В зависимости от того, какой краской покрыты стены, их либо вытирают от пыли, либо моют. И вытирание и мытье стен следует проводить в направлении от потолков к полу и не горизонтальными, а вертикальными движениями. Стены, покрытые масляной краской, так же как окна и двери, портятся от частого мытья. Поэтому их моют не чаще двух раз в год. Если стены не слишком загрязнены, то при сезонной или ежемесячной уборке их можно вытереть сухой тканью, а места, где есть пятна, оттереть мякишем белого хлеба или обыкновенной канцелярской резинкой.

Стены, покрашенные масляной краской, моют теплой водой с нашатырным спиртом (на 1 л воды 1 столовая ложка нашатырного спирта) или отваром отрубей. Последний наиболее безопасен для масляной краски. Отруби закладывают в теплую воду и кипятят в течение 25 минут, затем процеживают и слегка охлаждают. На 5 л воды берут 1 кг отрубей.

Стены, покрашенные клеевой краской, нельзя мыть, их чистят, надев на щетку с длинной ручкой мягкую чистую фланелевую или байковую тряпку. Легким движением, не нажимая, проводят щеткой по стене. Загрязненную тряпку вытряхивают от пыли и переворачивают наизнанку.

Стены, покрытые обоями, чистят так же, как и покрашенные клеевой краской. Пятна на обоях оттирают резинкой или мякишем белого хлеба. Свежие жировые пятна удаляют, проглаживая их через промокательную бумагу негорячим утюгом, все время используя чистые кусочки бумаги.

Стены, покрытые керамической плиткой (в ваннах, комнатах, на кухне, в уборной), промывают теплой водой с мылом и содой, споласкивают чистой водой и вытирают насухо мягкой тряпкой. Стены, покрытые белой или светлой плиткой, сразу же после мытья протирают тряпкой с сухим мелом, для того чтобы закрасить потемневшие от пыли пазы между плитками. Для придания плиткам красивого блеска их можно протирать тряпкой, смоченной денатуратом. Но в этом случае необходимо соблюдать осторожность — не зажигать газа, спичек и не курить в помещении, пока оно не проветрится.

Двери и оконные рамы моют теплой водой с нашатырным спиртом (на 1 л воды

1 столовая ложка нашатырного спирта). Рекомендуется, вопреки общепринятому обыкновению, промывать вначале низ, а затем верх дверей или рам, так как потеки грязи трудно удалить с сухой поверхности. Можно также раньше всего сполоснуть дверь или раму водой, а затем начинать мытье. Для вытирания насухо нужно использовать мягкую ткань, которая не оставляет волокон. Сильно загрязненные места дверей или рам у ручек или шпингалеты промывают тампоном, смоченным мыльной водой с нашатырным спиртом (на 1 часть мыльной воды 1 часть нашатырного спирта). Двери и рамы, покрашенные цветной масляной краской, моют теплым процеженным настоем чая (2 чайные ложки сухого чая на 1 л горячей воды).

Мытье оконных рам начинают с внутренней стороны.

Оконные стекла протирают от пыли, а затем смазывают раствором мела в воде или специальным составом. Следует помнить, что как мел, так и состав наносят тонким ровным слоем. Просохшие стекла протирают чистыми тряпками, которые не оставляют ворса, а затем тампонами газетной бумаги.

Хорошо и быстро можно промыть оконные стекла с помощью куска новой мешковины. Один кусок мешковины смачивают в растворе мела с водой, протирают им стекла, а затем подсохнувший мел снимают чистым сухим куском мешковины.

Пятна от засохших белил можно соскоблить лезвием безопасной бритвы. Следы свежей масляной краски удаляют ватным тампоном, смоченным скипидаром. Если стекла загрязнены мухами, их протирают денатуратом.

Чтобы стекла окон не замерзли, рекомендуется непосредственно перед замазыванием окон на зиму протереть стекла с обеих сторон тонким слоем глицерина. Тщательно замазывать нужно только внутреннюю раму окон, наружную следует только хорошо закрыть. Для замазывания используют готовую имеющуюся в продаже замазку. Хорошую замазку можно приготовить и самим: для этого нужно около 800 г сухого тщательно просеянного мела замесить на 200 г чистой натуральной олифы. Замешивают так же, как тесто, до тех пор, пока полученная густая масса не перестанет прилипать к рукам.

Можно также закленить рамы на зиму полосками белой бумаги на крахмальном клее.

Полы подметают короткими и маленькими движениями веника или щетки, а не энергичными и широкими взмахами, иначе вы рискуете поднять в воздух пыль, которая вновь осядет на все предметы и мебель. Мести надо от себя, а не к себе.

Подметают пол сначала под диваном, кроватями, шкафами; для этого удобно применять специальные небольшие волосяные щетки. После этого подметают в углах комнаты и уже затем середину.

Чтобы подмести паркетные, крашенные полы или полы, покрытые линолеумом, используют волосяные щетки, а для подметания некрашенных полов более пригодны веники.

Волосяные щетки для подметания пола надо не ставить, а подвешивать, иначе волос мнется, ломается, и щетка быстро выходит из строя.

Полы белые, некрашенные моют обычно один раз в неделю в жилых помещениях и ежедневно в местах общего пользования.

Перед мытьем пол тщательно подметают. Смачивают мыльной горячей водой (от соды и щелочей белый пол темнеет) небольшой участок, оттирают его специальной травяной щеткой, затем споласкивают чистой водой и вытирают досуха плотной, большой, хорошо впитывающей воду тряпкой (лучше всего мешковиной).

Загрязненные полы после смачивания горячей водой оттирают щеткой с мелким песком.

Свежие чернильные пятна на полу прежде всего нужно как можно быстрее промокнуть тампоном из ваты, промокательной бумагой, а затем попытаться удалить их лимонным соком, крепким раствором уксуса или щавелевой кислоты.

Свежее жировое пятно присыпают мелом или тальком и проглаживают негорячим утюгом через промокательную бумагу. Застарелые жировые пятна смазывают слоем извести, разведенной в горячей воде, оставляют на ночь и затем смывают теплой водой. Иногда эту операцию приходится повторять два-три раза.

Крашенные полы в жилых комнатах ежедневно протирают влажной тряпкой, надетой на щетку с длинной ручкой, а в местах общего пользования моют ежедневно теплой водой.

Загрязненные полы моют водой с нашатырным спиртом (на ведро воды 2 столовые ложки нашатырного спирта). Для придания крашеным полам блеска их протирают

тряпкой, смоченной специальным составом (денатурат и растительное масло, взятое в равных частях). Когда пол, смазанный этим составом, просохнет, его до блеска натирают сухой суконкой.

Паркетные полы не рекомендуется мыть часто и горячей водой. От этого дощечки пола коробятся и отклеиваются. При бережном обращении, тщательной ежедневной уборке паркетный пол можно содержать в чистоте, прибегая к мытью не чаще одного-двух раз в год.

Паркет моют так же, как белый некрашенный пол, но используют при этом минимальное количество воды. И мытье и натирание паркета проводят только по направлению слоев дерева. Для натирки паркетного пола используют готовую мастику. Ее наносят ровным тонким слоем при помощи специальной щетки только на хорошо просохшие после мытья полы. Если пол перед натиркой не мыли, то предварительно его тщательно подметают. После того как мастика просохнет, пол натирают до блеска электрополотером или полотерной щеткой, а затем суконкой или фетром, которым снабжен электрополотер.

Мастику можно приготовить и в домашних условиях. Для этого используют 1 часть воска на 2 части скипидара. Воск натирают на терке или скоблят ножом, заливают скипидаром и оставляют на 5—6 дней, после чего мастика готова. Перед использованием мастику разводят горячей водой: на 1 м² пола 25 г мастики и 400 г воды.

Если хотят окрасить пол, в мастику добавляют порошок желтой краски (краска для пола или бумажной ткани). Краску разводят предварительно в горячей воде и, тщательно перемешивая, добавляют в мастику.

Покрывать пол мастикой рекомендуется не чаще одного раза в месяц, так как при более частом использовании мастики, в особенности с краской, паркет обычно темнеет. Натирку воском можно и нужно проводить еженедельно.

Пятна с паркета удаляют так же, как и с белых некрашенных полов — свежее жировое пятно можно оттереть наждачной бумагой, застарелое — протирают скипидаром, и если пятно остается, его посыпают порошком белой глины или тальком, прикрывают пропускной бумагой и проглаживают не слишком горячим утюгом. Иногда эту операцию приходится повторять.

Сильно загрязненный паркет можно про-

циклевать, то есть соскоблить тончайший верхний слой дерева. Циклевку проводят обычно непосредственно после окончания ремонта помещения. Эту трудоемкую работу поручают специалистам, которые пользуются для этой цели циклей — стальной пластинкой, заточенной с одной стороны. Циклевку пола можно произвести и самим, используя вместо цикли кусок оконного стекла. Острым краем стекла водят вдоль слоя дерева каждой дощечки паркета, снимая равномерный очень тонкий слой стружки.

Пол, покрытый линолеумом, подметают волосяной щеткой, поверх которой можно надеть чистую мягкую тряпку. В местах общего пользования линолеум ежедневно протирают влажной тряпкой, надетой на щетку с длинной ручкой, или специальной палкой с тряпкодержателем. Для этой цели также очень удобны специальные палки с резиновой губкой. Время от времени линолеум моют теплой водой с мылом. Ни соды, ни других щелочных препаратов для мытья линолеума применять нельзя.

Линолеум в жилых помещениях (но не в местах общего пользования) можно натирать так же, как и паркет. Для того чтобы предупредить высыхание линолеума и появление трещин, его протирают (раз в два—три месяца) мягкой тряпкой, увлажненной олифой, а затем сухой тканью.

Чернильные пятна с линолеума удаляют наждачной бумагой или пемзой. После такой обработки на линолеуме остаются следы, которые нужно тщательно протереть растительным маслом (лучше всего льняным) или олифой, а затем хорошо отполировать это место шерстяной мягкой тряпкой.

Ковры чистят до подметания пола. Легче всего вычистить ковер при помощи пылесоса. В этом случае вначале прорабатывают изнанку, а затем лицо. После чистки ковер скатывают в трубку. Но прорабатывать ковер пылесосом, в особенности новый, нельзя слишком часто. Это можно проделывать не чаще одного раза в неделю. В остальные дни ковер чистят мягким веником.

При отсутствии пылесоса или перед закладкой на сезонное хранение ковер развешивают во дворе на туго натянутых веревках и тщательно выколачивают. Зимой ковер можно чистить снегом. Для этого его расстилают (изнанкой вниз) на чистом снегу, присыпают сверху снегом и протирают щеткой или веником из стеблей сорго.

Большие тяжелые ковры трудно часто выносить для чистки во двор, поэтому их приходится чистить в помещении. Хорошо впитывает пыль из ковра и не дает ей рассеиваться по комнате свежая, мелко нарезанная трава, влажный спитой чай, слегка увлажненные древесные опилки. Тонкий слой опилок, травы или чая распределяют по всей поверхности ковра с лица, а затем сметают веником, начиная с центра. Вне зависимости от того, какое средство применяют, чистку проводят всегда по ворсу. Рекомендуются для подметания ковров использовать небольшой веничек из специальной травы, а не волосяные жесткие щетки, которые могут повредить ворс.

Время от времени (но не чаще, чем два раза в год) ковер можно вычистить нежесткой волосяной щеткой, смоченной водой с нашатырным спиртом (на 1 л воды 2 столовые ложки нашатырного спирта). После чистки ковер протирают досуха чистой тряпкой.

Жировые пятна удаляют с ковра с помощью мела или талька. Сверху мела кладут папиросную или промокательную бумагу, а затем проглаживают негорячим утюгом. Как только на бумаге появляются следы жира, ее заменяют новой. Чернильные пятна трудно полностью удалить с ковра. Прежде всего нельзя давать чернилам впитаться в толщу ковра, поэтому тотчас же пятно нужно промокнуть ватным тампоном, бумагой, губкой, тряпочкой, а затем попробовать удалить его кипящим молоком, лимонным соком или крепким раствором лимонной кислоты или уксуса. Можно последовательно применять и молоко и кислоту. Средство считают эффективным, если тампон, которым оттирают пятно, окрашивается чернилами. В этом случае тампон сменяют на чистый.

Кусочки земли, глины счищают щеткой только после того, как загрязненные места просохли.

Мебель деревянную и некрашеную (кухонные столы, шкафчики) нужно мыть горячей водой с мылом, после чего споласкивать чистой водой и вытирать досуха. Сильно загрязненные поверхности этой мебели соскабливают по направлению слоев дерева острой стороной куса оконного стекла или лезвием ножа.

Вощеную мебель ежедневно вытирают мягкой сухой тканью. Два-три раза в год вощеную мебель можно протереть тряпкой,

смоченной теплой водой, оттереть загрязненные участки, после чего вытереть сухой тряпкой и смазать мастикой. Мاستику можно приготовить самим. На терке натирают воск, кладут в жестяную банку, заливают керосином и скипидаром и затем баночку ставят в сосуд с горячей водой (но не на огонь); когда воск полностью расплавится, мاستику тщательно размешивают, слегка охлаждают и наносят тонким слоем на мебель, дают просохнуть в течение одного часа, а затем полируют суконкой до блеска.

Дубовую мебель протирают мастикой, приготовленной другим способом: 20 г воска натирают на терке или мелко скоблят ножом, кладут в посуду, добавляют 1 стакан пива и 1 чайную ложку сахара. Смесь доводят до кипения, слегка охлаждают и затем при помощи ватного тампона, обернутого мягкой тканью, наносят тонким слоем на мебель, дают подсохнуть в течение одного часа, после чего полируют до блеска мягкой суконкой.

Полированную мебель ежедневно вытирают от пыли мягкой тряпочкой. Время от времени эту мебель смазывают смесью, приготовленной из растительного масла и скипидара (взятых в равных частях), или смесью керосина (5 частей) и растительного масла (1 часть). В продаже имеется хороший готовый состав для протирки полированной мебели — «Полироль».

Тонкий слой этих составов наносят при помощи ватного тампона, дают подсохнуть в течение получаса, а затем растирают легкими кругообразными движениями мягкой тряпкой.

Следы мух с полированной мебели можно удалить ватным тампоном, слегка увлажненным столовым (несладким) белым вином.

Полированную мебель нельзя ни протирать, ни мыть водой, в особенности горячей. Вообще от соприкосновения с горячими предметами на поверхности этой мебели появляются трудноустраняемые следы в виде белых кругов или пятен. Еще труднее удалить в домашних условиях без помощи специалиста круги и пятна, которые появляются на этой мебели от спирта, одеколона, духов, лака для ногтей.

Всякую мебель и в особенности полированную не рекомендуется ставить вплотную к отопительным приборам или подвергать воздействию прямых солнечных лучей, так как от этого она может покорежиться и выгореть.

Мебель из красного дерева для освежения, удаления пятен и загрязнений рекомендуется протирать мягкой тряпочкой, смоченной репейным маслом. Это масло продается в аптеках и парфюмерных магазинах.

Мебель из орехового дерева можно освежить смесью оливкового масла и красного несладкого вина, взятых в равных частях. Мягкой тряпочкой, увлажненной этим составом, мебель протирают, дают слегка подсохнуть, а затем тщательно полируют куском фланели, сукна или плюша.

Для чистки и удаления пыли с резных украшений мебели удобнее всего пользоваться небольшой малярной кистью; этой же кистью снимают пыль с труднодоступных мест радиаторов центрального отопления, с золоченых и резных рам картин или зеркал.

Мебель, покрытую масляной или эмалевой краской, можно освежить, если протереть ее охлажденным отваром отрубей, затем ополоснуть чистой водой, вытереть досуха, после чего смазать тонким слоем льняного масла и отполировать сухой мягкой тряпкой.

Пузыри-вздутия на мебели, покрытой фанерой ценных пород дерева, можно удалить так: положите на место вздутия несколько слоев плотной бумаги и проглаживайте это место достаточно горячим утюгом. Если этот способ не устраняет дефекта, пузырь нужно осторожно проколоть острым шилом, через образовавшееся отверстие влить немного клея и затем прогладить через плотный слой бумаги утюгом. Само собой понятно, что этот способ не пригоден для устранения пузырей с полированной мебели. В этом случае нужно обращаться только к специалисту.

Загрязнения и пятна с мебели, обитой декоративной тканью, можно удалять раствором порошка «Новость» в теплой воде. Этим раствором увлажняют чистую шерстяную тряпочку и протирают ею загрязненные участки, после чего вытирают насухо мягкой тканью. Жирные пятна удаляют ватным тампоном, смоченным очищенным бензином.

Мебель, обитую бархатом или плюшем, не рекомендуется чистить слишком часто щеткой. Ее ежедневно вытирают по ворсу ткани мягкой сухой тряпкой и не чаще одного раза в неделю чистят щеткой или пылесосом.

Мебель, обитую кожей или заменителями

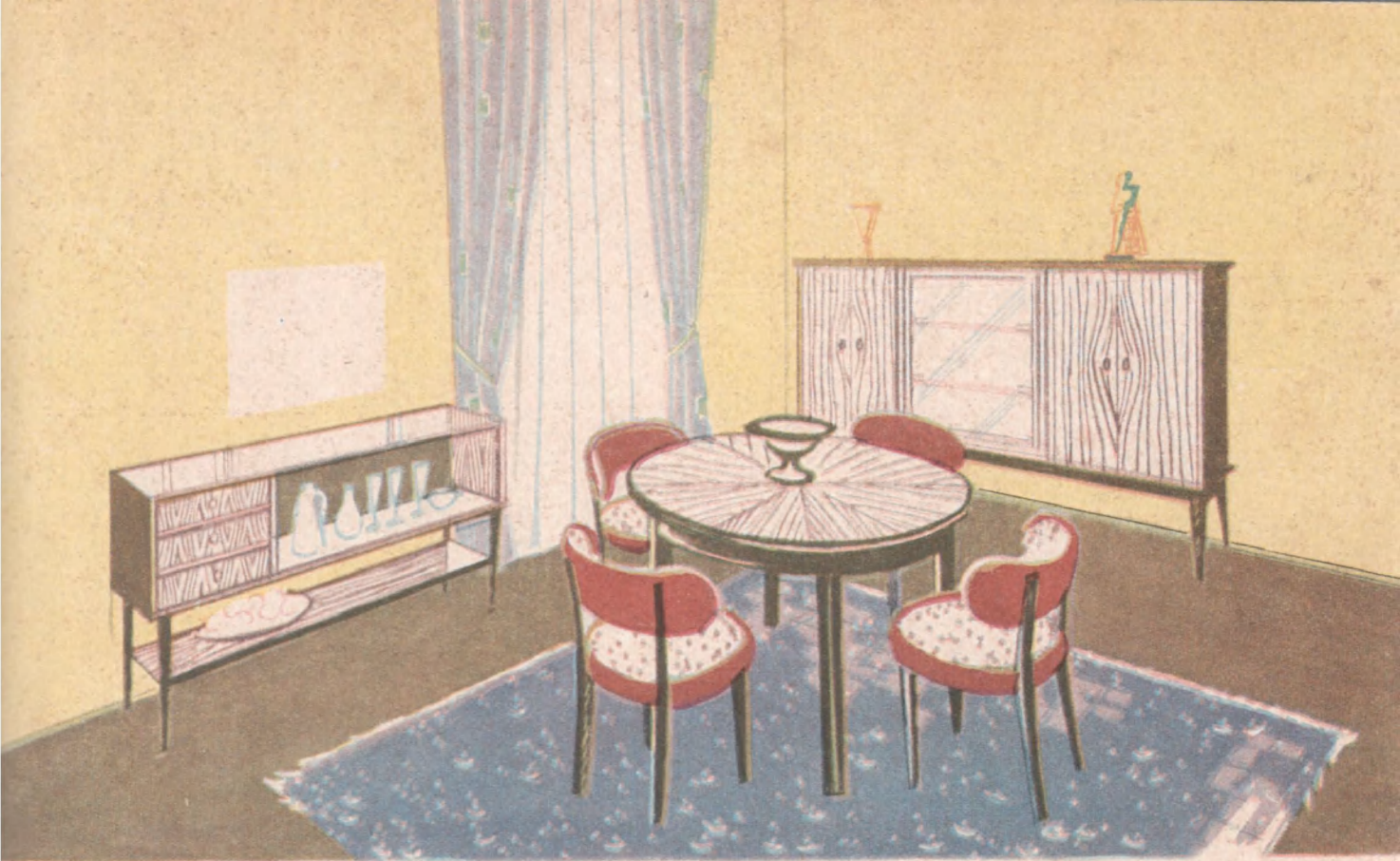


Рис. III. Столовая.

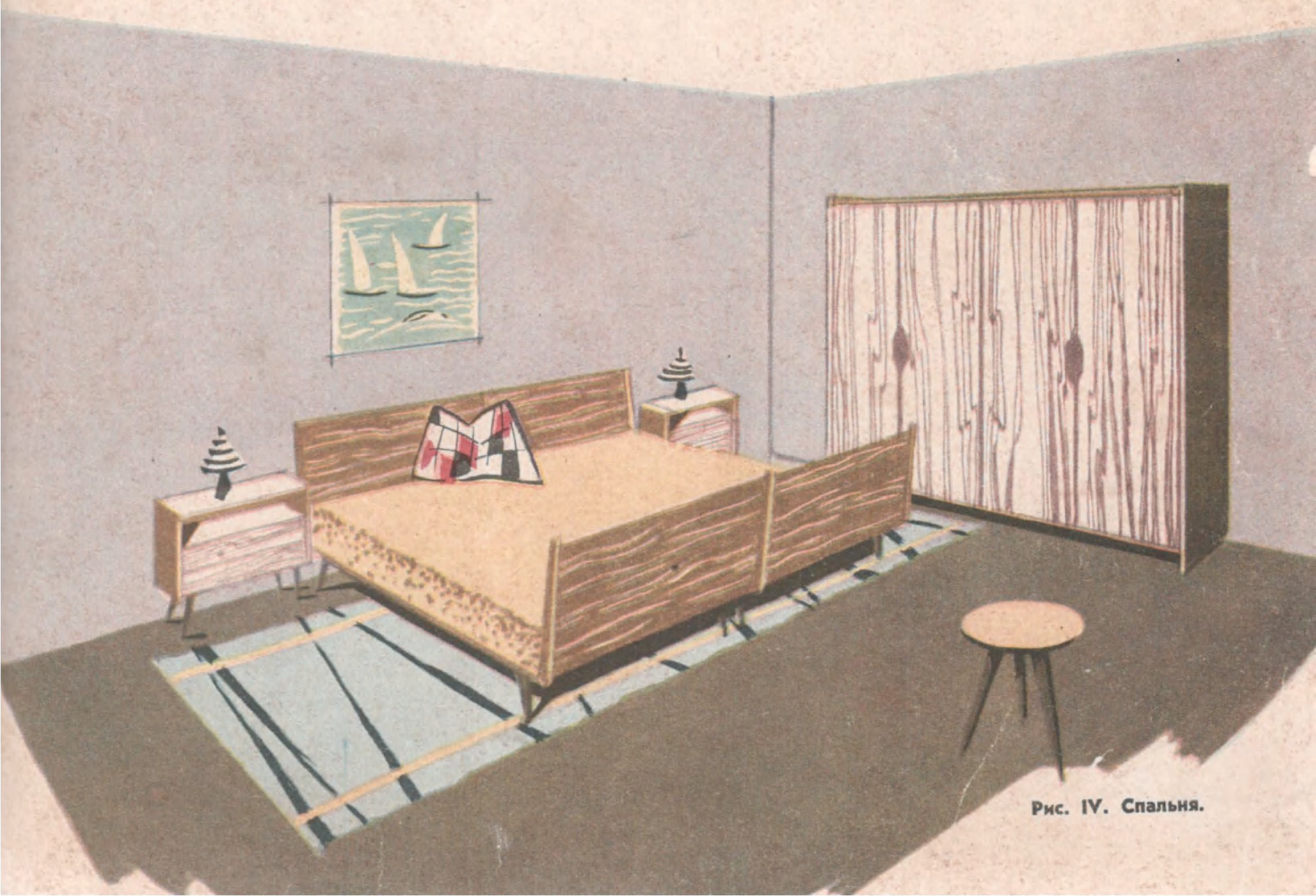


Рис. IV. Спальня.

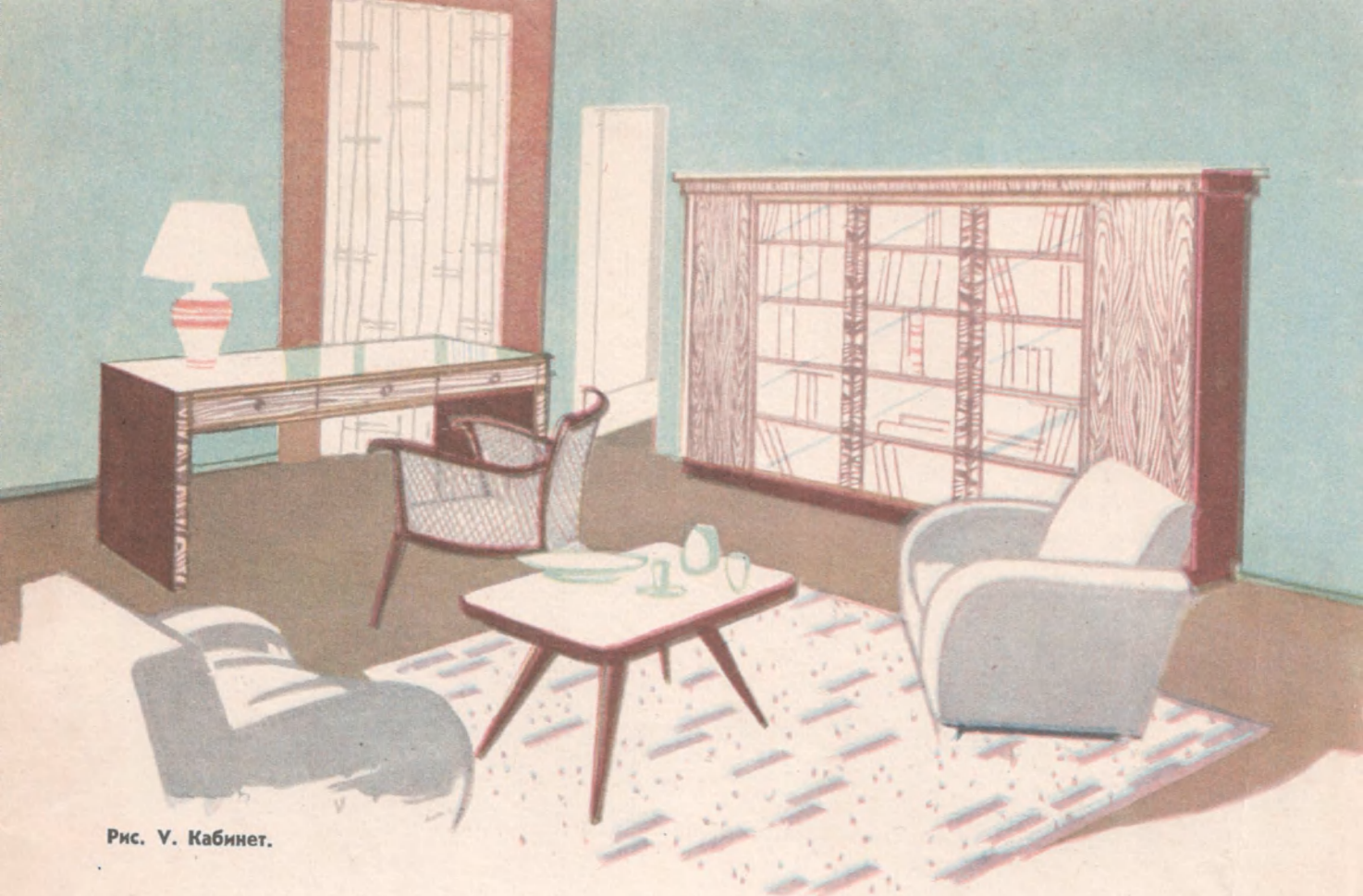


Рис. V. Кабинет.

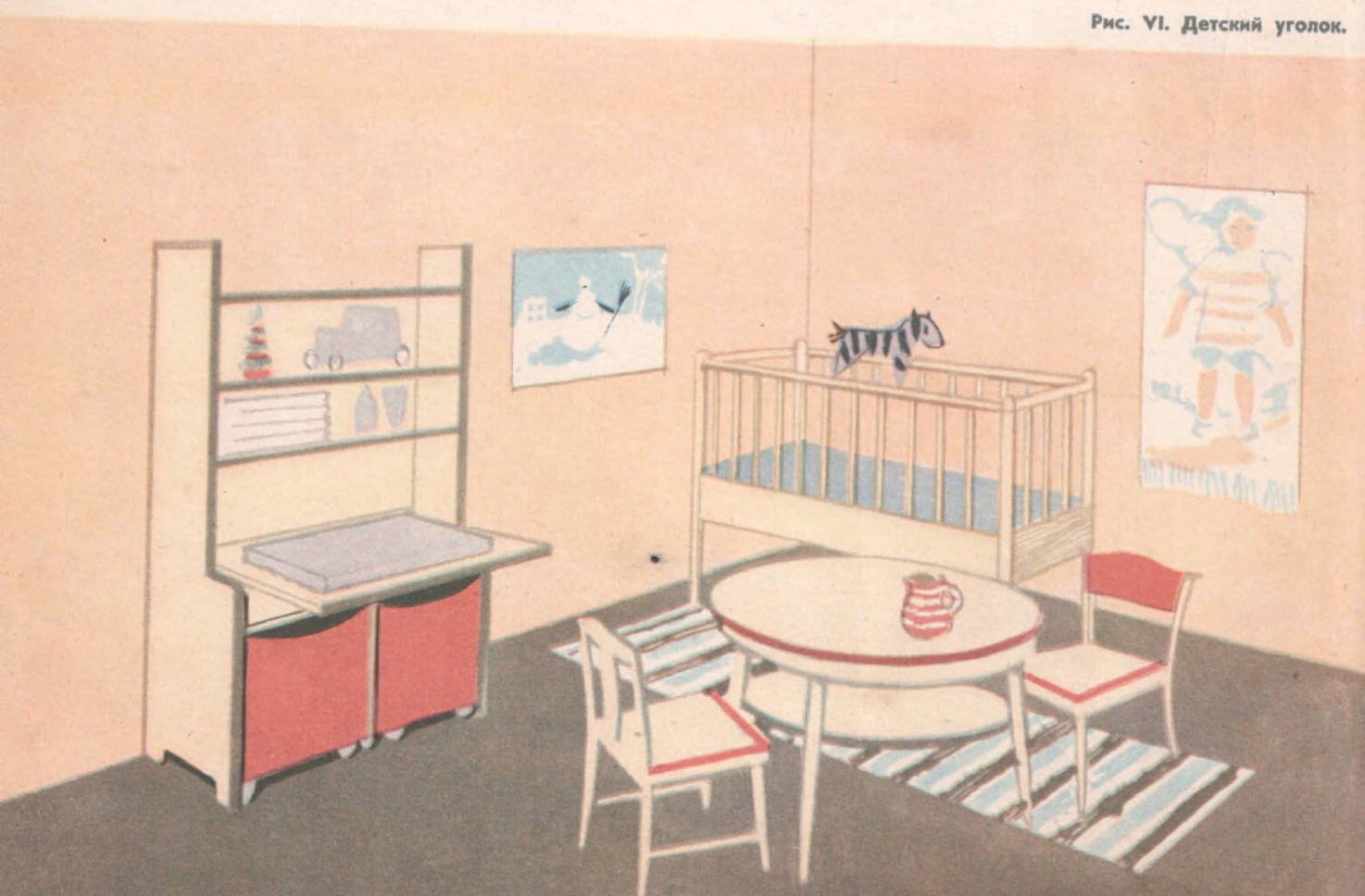


Рис. VI. Детский уголок.

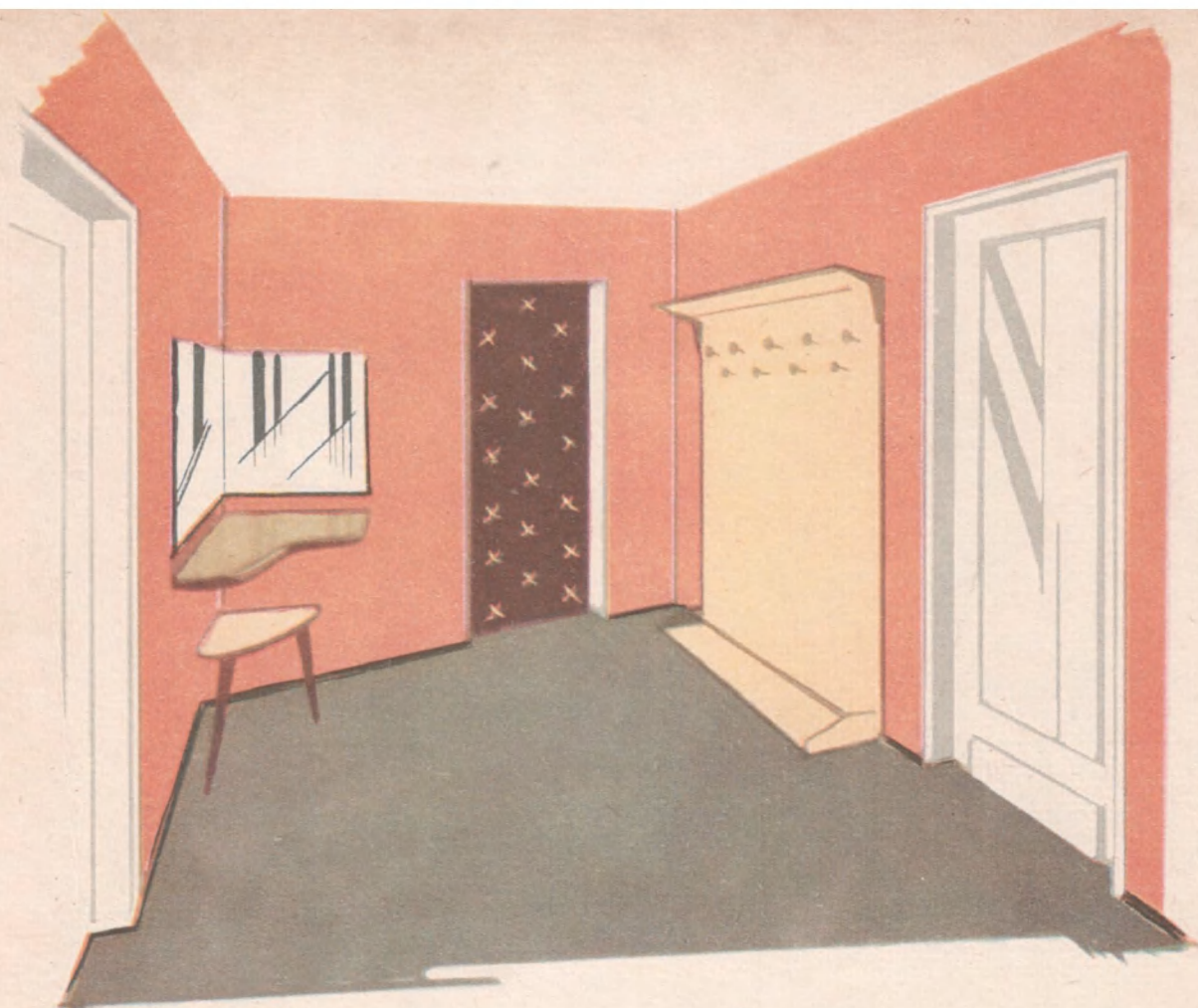
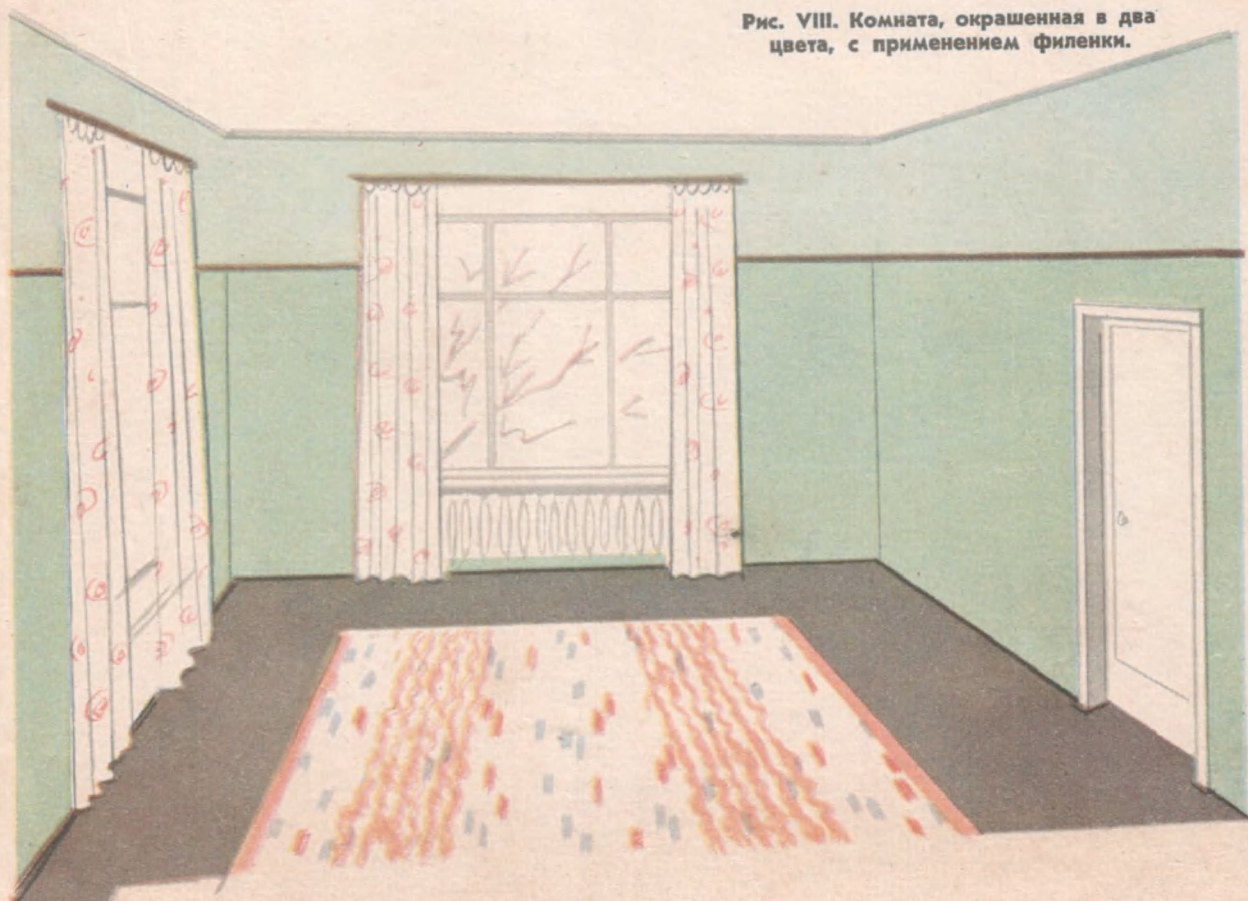


Рис. VII. Прихожая.

Рис. VIII. Комната, окрашенная в два цвета, с применением филенки.



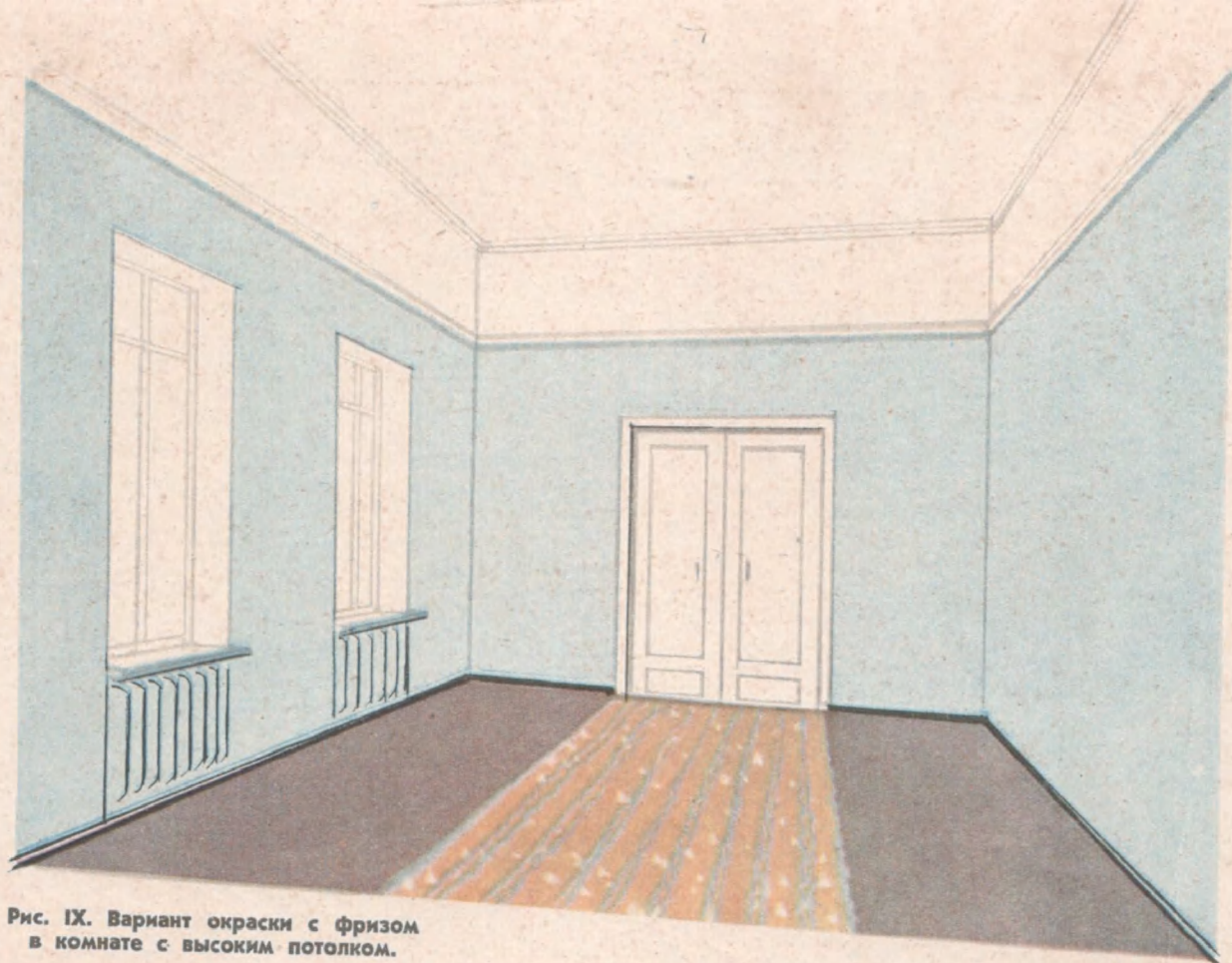


Рис. IX. Вариант окраски с фризом
в комнате с высоким потолком.

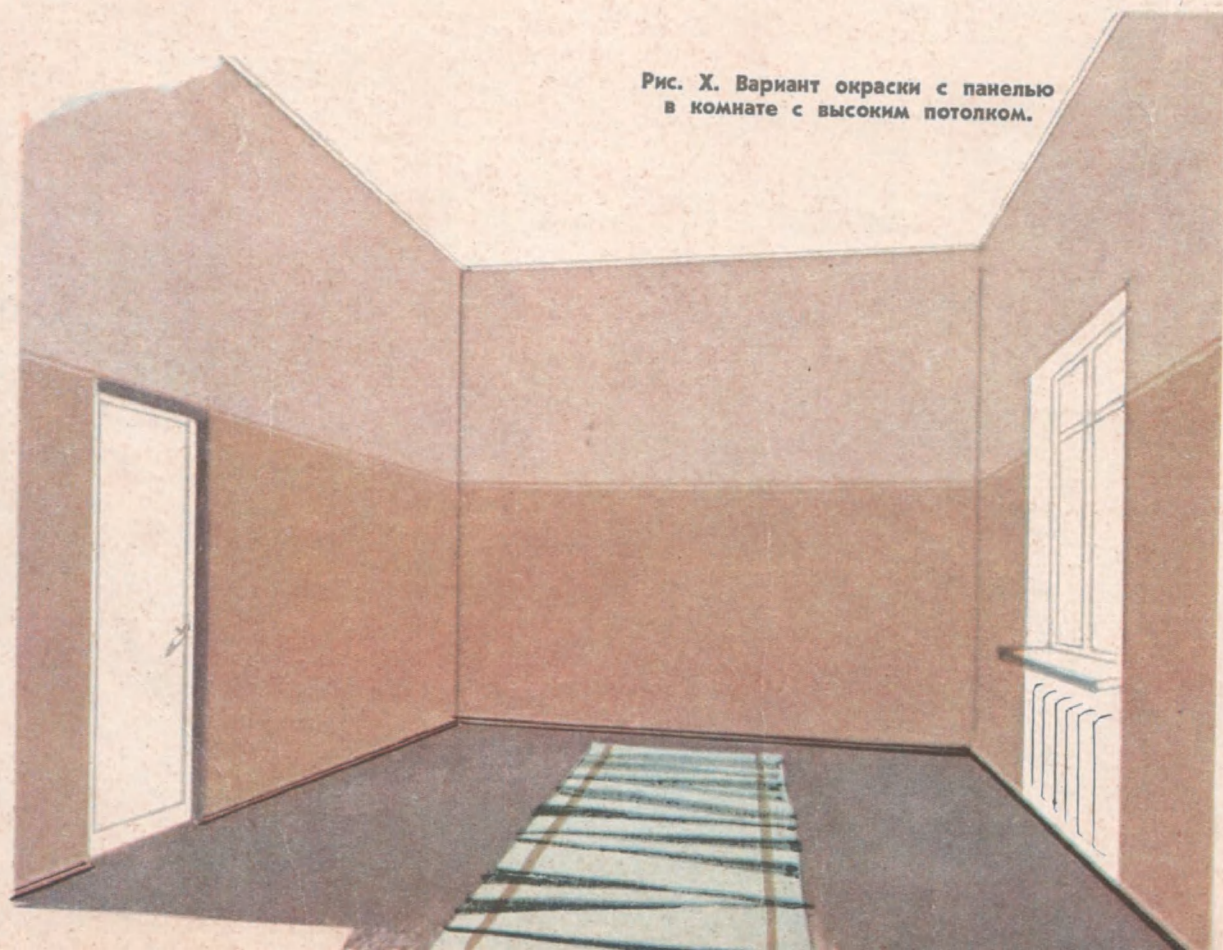


Рис. X. Вариант окраски с панелью
в комнате с высоким потолком.

кожи, ежедневно протирают мягкой, слегка увлажненной тряпкой. Для придания блеска обивке из натуральной кожи ее время от времени протирают шерстяной тряпкой, смоченной во взбитом белке.

Мелкие дырочки на деревянной мебели, тончайшая древесная пыльца, которая высыпается из этих отверстий, свидетельствуют, что в вашей мебели появился паразит — жук-точильщик. Как только обнаружено присутствие древоточца, нужно немедленно приступить к борьбе с ним, в противном случае вся мебель, стоящая в комнате, будет испорчена.

Самым простым средством борьбы с жуком-точильщиком является смесь из 3 частей скипидара или керосина с 1 частью нафталина и 1 частью дегтя. Этим составом при помощи небольшой малярной кисти или тампона из ваты густо смазывают пораженные древоточцем участки и покрывают тонким слоем всю мебель. Можно использовать и раствор ДДТ в керосине или скипидаре.

В продаже имеются и готовые составы для борьбы с жуком-точильщиком.

Мягкую мебель ежедневно чистят щеткой, деревянные части этой мебели протирают сухой тряпкой.

Мягкую мебель (диваны, матрацы, кресла и т. д.) можно при необходимости выколотить от пыли, не загрязняя помещения и не вынося мебель из комнаты. Нужно смочить водой большую тряпку (старую простыню, мешок и т. п.), слегка отжать, накрыть ею диван или другую мягкую мебель и выбивать специальной выбивалкой или палкой при открытом окне или форточке. Если мебель сильно загрязнена, ткань прополаскивают и продолжают выбивание.

Зеркала протирают ватным тампоном, смоченным денатуратом, а затем мягкой, но не газетной бумагой, так как краска, которую используют для печати, может оставить на поверхности зеркального стекла трудноудаляемые следы. Перед чисткой зеркал нужно удалить пыль с деревянных частей рамы.

Сильно загрязненное зеркало можно промыть составом, приготовленным следующим образом: в 2 стакана горячей воды добавить 50 г уксуса и 50 г мела, хорошо размешать, дать отстояться, а затем слить отстоявшуюся жидкость (без осадка) в другую посуду и этой жидкостью протереть зеркало, а затем вытереть его мягкой тканью или мятой мягкой бумагой.

Мыть зеркала нужно осторожно, так, чтобы жидкость не попадала на обратную сторону зеркала и на раму.

Изделия из фарфора (вазы, статуэтки) моют холодной водой, в которую добавляют немного лимонного сока (на 200 г воды 1 чайная ложка лимонного сока). Сильно загрязненный фарфор можно мыть теплой водой с мылом. Статуэтки и изделия с мелкими деталями хорошо очищаются мягкой зубной щеткой, смоченной мыльной водой, после чего их следует сполоснуть холодной водой и вытереть насухо тряпкой, не оставляющей волокон, или мягкой бумагой.

Изделия из хрусталя моют мыльной водой с нашатырным спиртом (на 1 л воды 1—2 столовые ложки нашатырного спирта), а затем споласкивают чистой холодной водой. Сильно загрязненный хрусталь чистят мелом, разведенным в денатурате. Эту смесь наносят при помощи старой зубной щетки, а затем споласкивают холодной водой и вытирают насухо.

Клеенку моют теплой водой. Никогда не применяйте для этого ни мыла, ни соды: они портят клеенку. Время от времени клеенку смазывают (с наружной стороны) смесью молока с уксусом, а затем вытирают досуха. Так она сохраняет мягкость.

Детские кровати, покрытые эмалевой краской, моют теплой водой с мылом, споласкивают чистой водой и вытирают досуха. Сильно загрязненные места протирают смесью мыла, мела и воды.

Ванну, раковину, унитаз, умывальник нужно ежедневно мыть горячей водой с содой (на 1 л воды 1 столовая ложка соды). Раз в неделю эти устройства рекомендуется протирать тряпкой, смоченной в керосине, а затем промывать теплой водой с содой. Сильно загрязненные ванны, раковины, унитазы и умывальники смазывают густым раствором хлорной извести в воде, оставляют эту смесь на 15—20 минут и затем смывают ее чистой водой. Для нанесения смеси и смывания ее пользуйтесь тряпкой, намотанной на деревянную палочку.

Утечка воды — одна из основных причин порчи санитарных устройств. При утечке воды на поверхности ванны, умывальника, раковины появляются отложения извести и пожелтения, которые трудно удалить. Для оттирания этих следов применяют специальные пасты, имеющиеся в продаже в хозяйственных магазинах.

Воздух вашей квартиры всегда должен быть чистым и свежим.

Начиная уборку помещения, открывайте форточку или окно. Этого не следует делать только в том случае, если на улице сильный ветер или если уборка проводится при помощи пылесоса. В этих случаях окна открывают после окончания уборки.

Летом окна надо держать открытыми по нескольку часов или целый день, а если возможно, то и круглые сутки.

В холодное время года проветривайте комнату три раза в день: утром, днем и вечером перед сном.

Если вам нужно более энергично, основательно и быстро освежить воздух комнаты — включите при открытой форточке или при открытом окне электровентилятор.

Воздух кухни чаще, чем в других помещениях, бывает несвежим, поэтому проветривайте кухню более длительно и не три, а несколько раз в день.

Прежде чем убрать постель, проветрите постельные принадлежности при открытой форточке или при открытом окне.

При еженедельной уборке все постельные принадлежности надо проветривать более основательно.

Гардеробы, буфеты, серванты, комоды, ящики столов, шкафы, в том числе стенные и книжные шкафы надо проветривать один раз в месяц, для чего надо оставлять на ночь открытыми их дверцы и выдвинутыми их ящики.

Излишне было бы убеждать вас, что электрополотер, пылесос, как и другие сложные домашние машины, значительно облегчают труд, экономят время и силы. Это понятно всякому. Но существуют и более простые приспособления, материалы и средства, которые также могут в значительной степени помочь в уборке помещения. Так, тряпкодержатель позволяет мыть пол не нагибаясь; автоматически закрывающийся совок для мусора также позволяет подобрать мусор, не наклоняясь. В продаже

имеется много различных щеток: круглые или изогнутые волосяные щетки для очистки унитазов, специальные щетки, которыми можно подмести пол под тяжелой мебелью, щетки-ерши для удаления паутины, удобные полотерные щетки. Химическая промышленность вырабатывает значительное количество разнообразных средств, с помощью которых легко удалить пятна, загрязнения с домашних вещей, посуды и утвари. Не пренебрегайте даже самыми маленькими и простыми средствами и приспособлениями.

В заключение беседы об уборке квартиры следует напомнить, что нет в домашнем хозяйстве такой работы, при выполнении которой нельзя было бы сохранить опрятный внешний вид.

Подтянутый опрятный вид организует и дисциплинирует человека, неряшливый и распушенный — расслабляет, размагничивает.

Перед началом работы надо защитить свое платье и волосы от пыли и грязи, но не пыльной косынкой и не грязным халатом.

Ошибается тот, кто думает, что, занимаясь домашней работой, невозможно сохранить чистоту рук. Овощи, которые пачкают ногти и руки, можно чистить в тонких резиновых перчатках, мусорное ведро, унитаз, раковину — вымыть специальной щеткой, а при отсутствии ее — тряпкой или мочалкой, надетой на палку. И еще есть надежный способ сохранить чистоту рук — их нужно часто мыть.

Вы не только убираете жилище, но и, как правило, готовите и подаете пищу к столу. Нельзя допускать, чтобы недостаточно опрятные руки вызвали подозрительное отношение к пище, которая ими приготовлена. Чистые руки, аккуратно подстриженные ногти меньше всего свидетельствуют о том, что вы «белоручка», наоборот, они доказывают, что вы умелая и аккуратная хозяйка.

РЕМОНТ И ОКРАСКА ПОМЕЩЕНИЯ

Нередко возникает вопрос, можно ли самим, не прибегая к помощи профессионалов маляров, оклеить обоями или окрасить свою комнату, квартиру. Многие считают, что если ремонт проводить своими силами (а при этом затрачиваются средства только

на покупку материалов и приспособлений), то его можно будет повторять каждый год, в то время как, оплачивая дорогую работу специалистов, приходится менять окраску или обои не чаще чем раз в три-четыре года.

Прежде всего следует выяснить, действительно ли так уж необходимо ремонтировать жилые помещения ежегодно. Конечно, там, где комнаты убирают небрежно, где стены и потолки обметают редко, где в стены вбивают много гвоздей, а кровати и диваны ставят в непосредственном соприкосновении со стенами, — там потребность в ремонте возникает и не через год, а гораздо раньше.

Но там, где уборка проводится ежедневно и достаточно тщательно, где хозяева следят за чистотой стен, там вполне достаточно менять окраску или обои не чаще одного раза в три-четыре года.

Ремонт, который вы проведете сами, обойдется, конечно, дешевле, чем ремонт, сделанный специалистами. Однако следует учитывать, что качество такого ремонта может оказаться недостаточно хорошим.

Малярные и в особенности штукатурные работы (а без них во многих случаях нельзя обойтись) требуют навыка и умения. Можно своими силами, присмотревшись к работе опытного маляра или получив необходимые сведения из соответствующей литературы, подновить окраску рам или дверей, покрасить печь или потолок в местах общего пользования, оклеить обоями маленькую комнату, но приступать самим, без мастеров-профессионалов к большому ремонту современных жилых помещений не всегда целесообразно.

Самостоятельный ремонт может оказаться и неэкономичным, в особенности если для покрытия стен выбирают дорогие обои или масляную краску. В этом случае затраты средств все же значительны и при неудовлетворительном качестве работы не оправдывает себя.

Следует также принять во внимание, что приспособления и инструменты, которыми пользуются профессионалы маляры, довольно дороги и ассортимент их велик, так как для каждого процесса работы имеются специальные. А при кустарном ремонте, как правило, применяют самые элементарные приспособления, и само собой понятно, что, к примеру, дешевые малярные кисти не могут обеспечить высокого качества малярных работ.

Конечно, и в этом вопросе домашнего хозяйства нет общего, пригодного для всех обстоятельств решения. Если вы уверены, что справитесь с ремонтом без помощи специалиста и качество работы будет удовлетворительным, приступайте к ремонту, вы-

брав для этого наиболее подходящее время года и тщательно подготовив помещение.

Оклеивать помещение обоями можно в любое время года, хотя сырые помещения рекомендуется все же ремонтировать в жаркие месяцы, чтобы стены достаточно быстро и хорошо просохли.

Окраску стен и пола масляными красками рекомендуется проводить в теплое время года, так как масляная краска медленнее сохнет, она неприятно пахнет и нужны открытые окна, широкий доступ свежего воздуха, чтобы быстрее просушить и проветрить отремонтированное помещение.

Как и в какой цвет окрасить? Перед ремонтом присмотритесь к комнате, в которой вы живете. Уясните себе, какие достоинства и недостатки в ней есть, и учтите, что окраска комнаты, выбор цвета и даже рисунка обоев могут не только изменить внешний вид помещения, но и как бы исправить, смягчить некоторые его недостатки.

Известно, к примеру, что если высота комнаты несоразмерно велика по отношению к ее площади, то комната кажется неудобной. Но этот недостаток можно уменьшить, закрасив потолок и верхнюю часть стены одним цветом, причем в высокой комнате стены окрашивают в один цвет с потолком вплоть до дверных проемов или несколько выше. В этом случае белый или светлого оттенка потолок, «спущенный» до верхней части стен, отделяют от всей остальной площади стен багетом или филенкой темного или яркого цвета, чтобы подчеркнуть начало окраски стены (рис. VIII на цветной вклейке).

Если вы хотите окраской сделать уютнее комнату, имеющую высоту до 4 м (в старинных домах такая высота встречается), попросите выполнить у потолка так называемый фриз шириной 70 см. Такой фриз представляет собой полосу, покрашенную обычно в цвет потолка (рис. IX на цветной вклейке).

Иногда в особенно высоких комнатах делают так называемую панель, которая может быть разной высоты — от 1,5 м (рис. X на цветной вклейке). Часто из практических соображений панель красят масляной краской.

Когда комната имеет низкий потолок, высоту стен зрительно увеличивают, закрашивая их одним цветом до самого потолка, и отделяют потолок от стен багетом или филенкой чуть поярче или потемнее цвета

стен (рис. XI на цветной вклейке). Для создания впечатления большей высоты помещения иногда в цвет стены окрашивают и часть потолка (рис. XII на цветной вклейке).

Известно также, что вертикальные линии в окраске и в обоях как бы увеличивают высоту и сужают комнату, а горизонтальные — как бы снижают и расширяют. Однако нужно учитывать, что, используя эти оптические эффекты, необходимо соблюдать умеренность, так как резкие полосы — и вертикальные и горизонтальные — раздражают зрение и, как говорят, «рывают в глазах».

Выбирая тот или иной цвет для отделки стен, следует помнить, что темные и яркие цвета зрительно уменьшают размеры комнаты, а светлые и мягкие оттенки как бы увеличивают их. Следовательно, для маленьких комнат наиболее пригодны светлые расцветки, а для больших — допустимы более темные или интенсивные (резкие) цвета.

Известно, что все красно-желтые цвета, и в особенности их яркие оттенки, кажутся выступающими, сближающими стены, что как бы сокращает размер помещения, а все сине-голубые цвета будто отдаляют стены друг от друга, и поэтому комнаты, покрашенные в эти цвета, выглядят более просторными.

Естественное освещение, расположение и величина окон во многом предопределяют выбор окраски или обоев для комнат. Если комната выходит окнами на север и не освещается солнцем, свет, проникающий из окон, имеет обычно тусклый, «холодный» оттенок. Для смягчения этого недостатка при покрытии стен краской или обоями выбирают «теплые» цвета. Достаточно светлые и хорошо освещенные солнцем помещения можно окрашивать в «холодные» цвета.

К «теплым» цветам относят желтый и красный и их оттенки, а также кремовый, оранжевый, золотистый, палевый, абрикосовый, кофейный, коричневый, розово-желтый, зеленый (в котором преобладают желтые, а не синие оттенки) цвета.

«Холодные» цвета — синий, голубой, сиреневый, розовый с преобладанием синих оттенков, светло-серый, серебристый и те оттенки зеленого, в которых преобладает синий.

Нужно обращать внимание и на рисунки обоев или других покрытий. Крупные, резко очерченные рисунки как бы сближают

стены и уменьшают размер комнаты, тонкие и легкие рисунки — зрительно увеличивают ее размер.

Назначение помещения также играет роль при выборе того или иного цвета.

В однокомнатной квартире или в одной комнате коммунальной квартиры рекомендуется отдавать предпочтение мягким цветам. Это вовсе не значит, что нужно выбирать только серые или бежевые цвета, но, безусловно, следует отвергать слишком яркие и резкие, которые редко служат подходящим фоном для обстановки одной комнаты. Выбрав слишком яркие и пестрые цвета, можно сделать свое жилище слишком кричащим, аляповатым, «беспокойным».

Мягкие, светлые оттенки окраски стен, как правило, являются вполне подходящим фоном для мебели и убранства комнаты, и, если вы даже ошибетесь в выборе того или иного оттенка цвета, то эта ошибка не будет ни особенно грубой, ни заметной.

Если в комнате стены имеют панели или фризы, желательно, чтобы они не слишком отличались по цвету от стены и либо выдерживались в одних цветах, но различной насыщенности (густоты), либо в наиболее мягких и подходящих сочетаниях. К примеру: вся стена цвета беж, а верх — розоватый, вся стена желтая — верх кремовый. При окраске стены в два цвета верхняя часть должна быть светлее нижней, а не наоборот.

На рис. XIII (см. цветную вклейку) даны различные сочетания цветов для окраски помещения или оклейки его обоями.

Иногда верхнюю часть стены комнаты украшают рисунком, который наносят через так называемый трафарет. При этом рекомендуется, во-первых, не делать слишком грубым и беспокойным рисунок трафарета и, во-вторых, не применять тонов, резко отличающихся от общего колорита окраски.

Подготовка помещения к ремонту. Тот, кто хотя бы раз проводил ремонт в своей комнате, знает, как трудно привести помещение в порядок после окончания штукатурных и малярных работ, как много времени затрачивается на мытье полов, чистку мебели, удаление мусора, грязи, пыли. Эта работа не только трудоемка, но и требует особой осторожности, так как, многократно промывая пол, можно забрызгать свеженанесенные или оклеенные обоями стены, испачкать грязными брызгами двери, рамы.

Тщательная подготовка к ремонту в значительной степени может облегчить и ускорить уборку помещения после ремонта, обеспечить чистоту и сохранность свежих стальных покрытий.

Прежде всего перед ремонтом снимают занавеси и драпировки, вытряхивают их или вычищают пылесосом, простирывают то, что можно стирать, и, не глядя, складывают в места, защищенные от пыли. Затем снимают со стен картины, ковры, панно, полочки. Все мелкие гвозди удаляют, оставляя в стенах только крупные крюки, на которых в дальнейшем будут вновь развешаны картины, драпировки, ковры. Если же предполагают изменить местоположение этих предметов убранства, то гвозди забивают в новые места до начала окраски или оклейки стен.

Всю мелкую мебель — столики, шкафчики, стулья, кресла — выносят из комнаты. Крупную мебель можно сдвинуть на середину комнаты, поставить наружными поверхностями внутрь и тщательно прикрыть. Удобно для этой цели использовать рулон самых дешевых обоев. Можно также склеить длинными полосами обычную газетную бумагу и ею обернуть мебель. Под бумагу желательно постелить старую клеенку, роугу и т. п.

Пол комнаты нужно также тщательно защитить от попадания краски и купороса. Его закрывают несколькими слоями газетной бумаги или засыпают древесными опилками, травой, соломой. После промывки и окраски потолка верхний слой газетной бумаги или опилок снимают, а после окончания ремонта убирают всю бумагу и опилки. Прodelать это нужно очень осторожно, чтобы не поднимать пыли, которая легко осаждается на свежих покрытиях и портит их.

Если подготовка помещения к ремонту была достаточно тщательна, после ремонта пол промывают один-два раза теплой водой с содой, а следы масляной краски оттирают тряпкой, смоченной скипидаром, и затем споласкивают теплой мыльной водой. Засохшие пятна масляной краски осторожно счищают ножом.

После уборки помещения и мытья пола можно расставить мебель по местам, но не следует раньше чем через 10 дней плотно придвигать ее к стенам. Занавески, ковры, картины и другие украшения также не рекомендуется вешать раньше этого срока.

О ремонте штукатурки. Основным видом

отделки стен и потолков внутри дома является их оштукатуривание с последующей окраской. Каменные стены обычно оштукатуривают непосредственно по поверхности. Деревянные части перед оштукатуриванием обивают дранью, представляющей собой деревянные планки шириной 15—30 мм, толщиной до 4 мм, длиной 1—2 м. В последнее время широкое распространение получила отделка стен обшивочными листами (сухой штукатуркой). Кроме того, стены и потолки обшивают иногда фанерой.

Дрань набивают в форме клеток со стороной квадрата не более 5 см (рис. 57, а). Лотки способствуют лучшему сцеплению штукатурного раствора с поверхностью, а также дают возможность подстилать под дрань тепло- и звукоизолирующие материалы.

Для лучшего сцепления штукатурки с поверхностью раствор наносят несколькими слоями (рис. 57, б). После первого слоя (толщиной 3—4 мм) наносят второй, грунтовой слой (толщиной 10—20 мм), покрывающий все неровности поверхности. Толщина третьего, отделочного слоя — около 2 мм (иногда его не наносят, а затирают поверхность последнего слоя грунта). До нанесения первого слоя гладкой деревянной или каменной поверхности придают шероховатость — ее надкалывают топором или специальными царапками. Раствор с сокола (рис. 57, в) наносят штукатурной лопаткой (рис. 57, г) с заостренной передней частью, затем оштукатуренную поверхность заглаживают и разравнивают небольшим деревянным шитом, называемым теркой (рис. 57, д), или рейкой длиной около 2 м — правилом (рис. 57, е).

В практике самим, может быть, и не придется оштукатуривать стены, но перед окраской и другой декоративной отделкой стен и потолков часто приходится ремонтировать штукатурку.

Отставшую штукатурку удаляют шпателем или скребком до драни или кирпичной кладки.

Трещины и щели перед нанесением на них раствора разделяют таким образом, чтобы ширина трещины снизу у драни была больше, чем сверху (рис. 57, ж). Обрабатываемое отверстие прочищают сухой кистью. Для лучшего сцепления раствора с ремонтируемой поверхностью и предотвращения его усадки штукатурку вокруг отверстия смачивают водой. Если ремонт производят по драни, ее также смачивают.

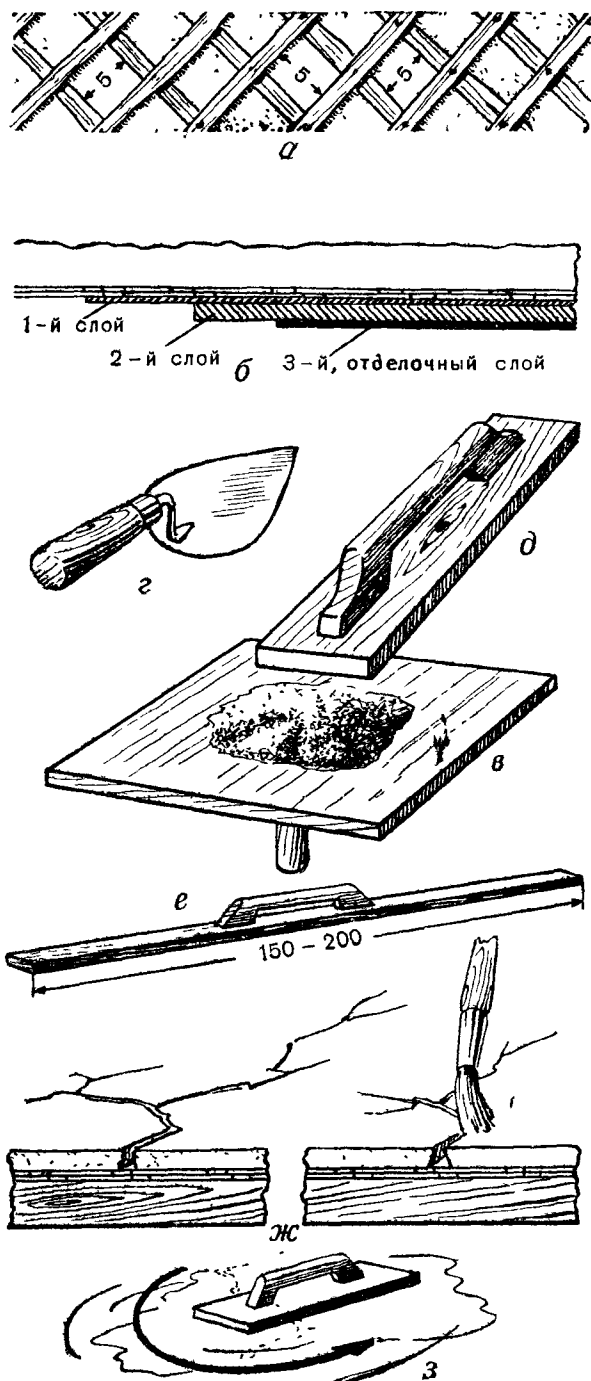


Рис. 57. Ремонт штукатурки:

а — набивание дроби, б — штукатурные слои, в — сокол с раствором, г — штукатурная лопатка, д — терка, е — правило; ж — разделка щелей, з — сглаживание раствора.

Для ремонтных работ нужен раствор, дающий малую усадку. При необходимости ремонтировать большие участки штукатурки раствор наносят в два приема, что позволяет до некоторой степени компенсировать усадку наносимого раствора. Сначала отверстие заполняют раствором ниже уровня поверхности на 3—4 мм. На образовавшейся поверхности делают насечки для лучшего схватывания ее затем с верхним слоем. Нанесенный слой раствора должен сохнуть не менее 6 часов и затвердеть. Затем поверхность слегка шлифуют шкуркой.

При заделке мелких отверстий и выбоин раствор наносят сразу до уровня поверхности. Для получения более гладкой и ровной поверхности перед сглаживанием (рис. 57, з) терку на короткое время опускают в воду. Если требуется получить шероховатую поверхность, можно воспользоваться деревянным брусом, обернутым тряпкой или негрубой мешковиной. Брус предварительно опускают в воду, а поверхность сглаживают круговыми движениями.

Известково-песчаный раствор, применяемый обычно для оштукатуривания внутренних каменных стен, включает известь и песок в объемном отношении от 1:2 до 1:4. Сырые каменные стены оштукатуривают известково-цементным раствором, содержащим известь, песок и цемент в объемных отношениях от 1:1:4 до 1:1:7.

Внутренние деревянные поверхности оштукатуривают, как правило, известково-алебастровым раствором. Алебастр добавляют для лучшего соединения раствора с поверхностью. Сначала готовят раствор из извести и песка в отношении 1:2, после чего к нему добавляют алебастр от 0,25 до 1,0 части на одну объемную часть извести. Во всех случаях приготовления известковых растворов для оштукатуривания поверхностей воду добавляют небольшими порциями до получения раствора нужной вязкости. Используемая известь должна быть хорошо прогашена, иначе после окончания работы поверхность будет пузыриться.

Если штукатурку отремонтировать указанным выше способом нельзя, ее укрепляют. Для этой цели можно использовать куски марли, тюлевое полотно старых занавесок, перкалевую ткань и другие прочные и тонкие ткани. Материалы, используемые для укрепления оштукатуренных мест, должны иметь светлую окраску, чтобы она не была заметна при окончательной декоратив-

ной отделке поверхности. Укрепляющие материалы наклеивают на дефектное место и разглаживают сухой кистью. При этом используют клейстер для наклейки обоев. Перед наклеиванием поверхность рекомендуется подмазать шпаклевкой.

Готовят ее обычно следующим образом. На 1 кг олифы (оксоль) берут 100 г 10-процентного раствора животного клея. Эту смесь непрерывно перемешивают, после чего в нее добавляют мел до образования пасты требуемой густоты.

Хорошим материалом для отделки стен и потолков является сухая штукатурка. В промышленном и гражданском строительстве сухой штукатуркой обычно отделывают кирпичные и шлакобетонные стены, приклеивая ее специальной гипсовой мастикой. В домашних условиях при отделке ранее штукатуренных стен и потолков, а также при облицовке перегородок обшивочные листы прибивают гвоздями к реечному каркасу.

Молодому хозяину полезно знать некоторые свойства этого материала. В отличие от обычной, «мокрой» штукатурки обшивочные листы обладают меньшей теплопроводностью, лучшими звукоизолирующими свойствами. Деревянные конструкции, покрытые сухой штукатуркой, становятся трудносгораемыми. Сухая штукатурка может быть оклеена обоями и окрашена любой краской. Крупным и, пожалуй, единственным недостатком сухой штукатурки является ее недостаточная водостойкость, так как при длительном воздействии воды, пара и влаги она набухает, верхний слой картона отстает от гипсовой основы, отделанная поверхность портится.

При обшивке стен и потолков фанерой (толщиной 3—4 мм) листы ее рекомендуются предварительно покрыть олифой с двух сторон. Обшивать фанерой можно только хорошо выровненные поверхности. Если ранее оштукатуренную стену выровнять не удастся, на нее (как и при обшивке листами сухой штукатурки) набивают основание из реек или брусков. Фанерные листы располагают впритык и прибивают толевыми гвоздями, после чего стыки заделывают шпаклевкой или обивают рейками. Затем фанеру можно красить или оклеивать обоями.

Окрашивание клеевыми красками. Этот вид покрытия дешевле других. Стены, окрашенные клеевыми красками, имеют матовую поверхность, что является достоинст-

вом, так как блестящие поверхности производят впечатление чего-то «холодного» и неуютного. Особенно хорошо выглядят комнаты, покрашенные клеевыми красками светлых оттенков. К недостаткам этого материала относят его непрочность и маркость. Стены, покрытые клеевой краской, нельзя мыть, с них почти невозможно удалить пятна.

Нужно иметь в виду, что подготовка стен под клеевую окраску должна быть очень тщательной, так как только на гладких поверхностях краска ложится ровно, без полос и потеков.

Клеевой краской обычно окрашивают штукатуренные поверхности, значительно реже — поверхности, отделанные деревом или картоном. На металл эту краску наносить не рекомендуется, так как металл быстро ржавеет и на окрашенной поверхности появляются ржавые пятна.

Для получения клеевой окраски хорошего качества необходимо, чтобы штукатурка стен и потолка была совершенно сухой.

Если вы собираетесь окрашивать поверхности, на которых есть старая клеевая краска, то ее предварительно нужно удалить. Тонкий слой, который слабо держится, снимают скребком и затем промывают водой, толстый слой предварительно обильно смачивают водой.

Грязные и закопченные поверхности необходимо хорошо промыть 2-процентной соляной кислотой, после чего чистой водой. Если поверхность особенно сильно загрязнена, после промывки кислотой ее следует протереть обычным известковым раствором.

Если на потолке и стенах в результате протекания крыши имеются ржавые пятна, то для их удаления в загрязненных местах сбивают слой штукатурки и затем снова оштукатуривают.

Отметим, что, прежде чем приступить к ремонту квартиры, необходимо тщательно проверить состояние кровли и привести ее в порядок, так как в противном случае при первом же дожде вся работа по ремонту, особенно потолка, может оказаться напрасной.

Если в штукатурке имеются трещины или выбоины, то их необходимо расчистить (обыкновенным ножом) на глубину 2—3 мм, удалить грязь и пыль, хорошо промыть водой, затем подмазать шпаклевкой, приступить к оштукатурке.

Для грунтовки под клеевые краски применяют состав: 10 л воды, 0,15—0,2 кг медного купороса, 0,2 кг клея животного плиточного, 0,2—0,3 кг хозяйственного мыла, 0,03 кг олифы. Купоросная грунтовка имеет зеленовато-голубоватый цвет. Купорос растворяют горячей водой в деревянной или эмалированной посуде.

Если окрашиваемая клеевой краской оштукатуренная поверхность недостаточно тщательно подготовлена (недостаточно просушена, грубо затерта и т. п.), то купоросную грунтовку выполняют три раза.

Клеевую краску нужного цвета можно составить из мела и одной или нескольких сухих красок.

Для получения более прочной и немаркой краски в нее добавляют раствор клея 10-процентной концентрации (100 г сухого клея варят в 1 л воды).

Следует учитывать, что лучше краску «недоклеить», чем «переклеить». При «переклейке», то есть при наличии в краске излишнего количества клея, на окрашиваемой поверхности образуются мраморовидные пятна или появляются матовые полосы.

Краску для потолка можно несколько «недоклеить», но применять клей для нее, обязательно, так как он сообщает краске прочность.

Хорошо «заклеенной» краской можно считать такую, которая, просохнув на стене, не пачкает рук.

Для получения необходимого цвета мастер должен сделать «выкраски» и сравнить их с имеющимися образцами окраски. При этом следует учитывать, что правильное впечатление получится только от сухой «выкраски», так как в мокром виде клеевая краска выглядит значительно темнее, чем в сухом.

Окрашивание масляными красками. Обмен воздуха в комнате происходит не только через открытые окна, форточки, двери, но и через поры того материала, из которого сложены стены; у строителей об этом принято говорить, что «стены дышат». Гигиенисты считают масляную краску менее пригодной для стен жилых комнат, так как она более плотно, чем другие покрытия, закрывает поры.

Но у масляных покрытий есть свои преимущества. Стены, покрытые масляными или эмалевыми красками, хорошо моются; эти краски прочны и экономичны.

Масляной краской можно окрашивать

как оштукатуренные, так и различные деревянные и металлические поверхности.

При покрытии стен масляными красками одинаково хорошо получаются как темные и густые, так и светлые оттенки. Выбирая цвет, следует знать, что, высыхая, эти краски (в отличие от клеевых) слегка темнеют.

В жилых помещениях стены, покрашенные масляной краской, должны иметь возможно более матовую поверхность («под торцовку»). В местах общего пользования — на кухне, в коридорах, ванных комнатах, уборных — поверхности могут быть и блестящими («под флейц»).

Подготовка поверхностей к окраске их масляной краской зависит от того, были ли они ранее окрашены клеевой или масляной краской. Клеевая краска должна быть соскоблена, трещины и повреждения расчищены и подмазаны шпаклевкой, поверхность стен перетерта. После перетирки и просушки поверхности сглаживают пемзой, затем пропитывают олифой. Чем глубже впитается олифа, тем прочнее будет окраска.

Когда поверхности высохнут, их шпаклюют два или три раза. После каждой шпаклевки поверхности разглаживают пемзой, а затем приступают к окраске, которая проводится один или два раза.

Удаление старой масляной краски сложно; ее обычно выжигают паяльными лампами или снимают специальным химическим составом. Эта работа становится обязательной, только если стены, покрытые масляной краской, нужно при новом ремонте закрасить клеевой, так как клеевая краска не ложится на масляную. Обои же можно наклеить и на масляную краску.

Старую масляную краску, которая держится слабо, соскабливают стальным шпателем, всю поверхность стены тщательно промывают, расчищают трещины и повреждения, грунтуют олифой расчищенные места, шпаклюют их, а затем эти расчищенные места покрывают несколько раз масляной краской под цвет будущей окраски.

После этого окрашивают всю поверхность стен масляной краской один раз, если новая краска близка по цвету к прежней, и два раза (грунтовка, затем окраска), если новый цвет резко отличается от старого.

При ремонте деревянных поверхностей, окрашенных ранее масляной краской, необходимо предварительно соскоблить су-

ществовавшую краску, расчистить все щели, заделать и зашпаклевать их.

Старые деревянные полы, если они разошлись и в них появились щели, перед окраской необходимо «сплотить» (то есть пол разобрать и прибить доски вплотную одна к другой) или заделать щели деревянными рейками на клею, а также заделать все выбоины и т. п.

Для того чтобы окрашенные масляной краской стены меньше блестели, во время окраски в последний раз их «торцуют», то есть проходят по свежей краске особой кистью — торцовкой, которая делает поверхность шероховатой и менее блестящей.

Иногда в помещении окрашивают масляной краской панели на высоту 1,3—2 м от пола. Выше панели делают клеевую окраску. Границу между масляной и клеевой краской закрывают «филенкой» из клеевой краски шириной 1—1,5 см.

Оклеивание обоями. Преимуществом обоев по сравнению с клеевой краской является их относительно меньшая маркость, а по сравнению с масляной краской — их воздухопроницаемость, позволяющая стене «дышать». Нельзя не отметить также и декоративные достоинства обоев при относительно небольшой их стоимости. Преимущество оклейки обоями состоит также в том, что эту работу легче и проще сделать самим, а если и приходится приглашать мастера со стороны, то не обязательно такой же высокой квалификации, как при окраске масляными или клеевыми красками.

Обои могут быть однотонными или рисунчатыми, с однотонными или многоцветными рисунками. Кроме цветных, бывают еще белые, матовые и глянцевые обои.

Обои продаются в кусках — рулонах шириной 50, 60 и 75 см и длиной от 6 до 12 м.

Для грубого подсчета количества кусков обоев, необходимого на оклейку комнаты, исходят из следующих соображений: для комнаты высотой 3 м с одним-двумя окнами и одной дверью требуется кусков обоев шириной 50 см и длиной 12 м в два раза меньше, чем количество квадратных метров площади комнаты. Так, для комнаты площадью 18 м² требуется 9 кусков обоев. При этом количестве остается и небольшой запас, который может понадобиться впоследствии для заклейки случайно загрязненных или испорченных мест.

Обои можно наклеивать на штукатурку, на бревенчатые стены, фанеру, картон и т. п. Поверхности, предназначенные под оклейку обоями, должны быть сухими. На сырых поверхностях обои потеряют свой цвет и быстро начнут отклеиваться.

Для наклейки применяют клейстер, приготовленный из простых сортов муки или крахмала с добавлением (при наклейке обоев из плотной бумаги) небольшого количества столярного клея.

Обычно клейстер для наклейки простых обоев готовят так: муку или крахмал заливают небольшим количеством теплой воды и тщательно перемешивают, чтобы получить однородное тесто. Затем в полученное тесто льют тонкой струей крутой кипяток и перемешивают до получения однородной жидкой массы. На 10 м² оклеиваемой поверхности требуется 900 г крахмала или 800—900 г муки.

Для более прочного приклеивания поверхность, на которую наклеивают обои, покрывают тонким слоем клейстера. Клейстер лучше всего использовать горячим, так как он лучше проникает в поры поверхности. Если поверхность, на которую должны быть наклеены обои, раньше была окрашена клеевой краской, то последнюю нужно полностью удалить, после чего исправить все дефекты стен (трещины, вмятины и т. п.), поверхность прочистить пемзой и удалить с нее пыль. Очищенную и исправленную поверхность покрывают клейстером, оклеивают бумагой (старой газетой), по которой после просыхания уже можно наклеивать обои. Предварительная оклейка поверхности бумагой дает возможность получить меньше шероховатостей и более прочно приклеить обои, так как газетная бумага тоньше обоев и лучше приклеивается. Наклеивать бумагу или обои на не очищенную от клеевой краски поверхность не рекомендуется, так как при этом условии и бумага и обои быстро отклеятся.

Если поверхность была раньше окрашена масляной краской, то ее перед оклейкой бумагой следует тщательно очистить кистью или тряпкой и промыть от пыли.

Поверхность, ранее оклеенную обоями, которые прочно держатся на ней, можно вновь оклеивать обоями, не удаляя существующих и не наклеивая предварительно бумаги.

Оклеивать обоями деревянные рубленые стены рекомендуется только после оконча-

тельной их осадки, так как в противном случае обои могут растрескаться.

Деревянную поверхность бревенчатых или дощатых стен рекомендуется перед оклейкой обоями обить листами картона, смоченными слегка в воде. Картон прибивается толстыми гвоздями, а швы проклеиваются бумагой.

Если поверхности, предназначенные для оклейки обоями, обиты фанерой или сухой штукатуркой, то швы между ними шпаклюют или заклеивают полосами газетной бумаги. Во избежание появления на обоях ржавчины от шляпок гвоздей, которыми прибита фанера, гвозди следует «утопить», зашпаклевать и покрыть лаком или масляной краской.

Во избежание загрязнения обоев потолок окрашивают до оклейки стен.

При подготовке простых обоев к наклеивке нужно обрезать у них кромки с одной стороны, так как такие обои наклеивают «внахлестку».

Для того чтобы уменьшить видимость шва при наклеивке «внахлестку», обрезка кромок у полос обоев производится с ле-

вой стороны, если оклеивается стена, расположенная с правой стороны окна, и с правой стороны, если стена расположена с левой стороны окна.

Кромки обоев высшего качества, изготовленные из плотной бумаги, обычно обрезают с обеих сторон полосы, так как такие обои наклеивают «впритык», полоса к полосе.

Рулоны разрезают на куски в виде полотен, соответствующих высоте комнаты.

Для того чтобы не испачкать обои клеем, на пол, устланный старыми газетами, кладут куски обоев лицевой стороной вниз, с тем чтобы каждый нижний кусок выступал на 1—2 см (то есть на ширину кромки) из-под верхнего. Кисть, обмакнув в клейстер, водят по длине куска обоев, нанося на него тонкий слой клейстера. Кромки следует промазывать два раза. Клейстер не должен быть горячим, так как от этого портится кромка и рисунок обоев.

Первый кусок обоев нужно наклеивать по предварительно намеченной вертикальной линии. При наклеивке необходимо тщательно приглаживать кусок щеткой или чистой тряпкой, выдавливая из-под него воздух. Клеить надо аккуратно, чтобы не запачкать обоев. Особое внимание следует обращать на тщательность приклеивания обоев к наличникам дверей, окон, к плинтусам и т. п.

Верхнюю часть стены, оклеиваемой обоями, можно оформить узкой полоской — бордюром — или более широкой полосой, называемой фризом или гобеленом. Бордюры, фризы и гобелены обычно выпускаются обойными фабриками и продаются в соответствии с цветом и рисунком обоев.

Наклеивать бордюр следует аккуратно, чтобы не испачкать клейстером стены.

Вместо наклеивки бумажных бордюров можно сверху обоев прибить деревянный багет, который также можно приобрести в магазине.

Оклейку стен желательно производить вдвоем с помощником.

Покрытие полов линолеумом. Хорошим материалом для покрытия полов не только в жилых, но и в подсобных помещениях квартиры (кухне, ванной, уборной, передней) служит линолеум.

Линолеум декоративен, прочен, сохраняет тепло. Его можно быстро настелить, причем с незначительным количеством швов.

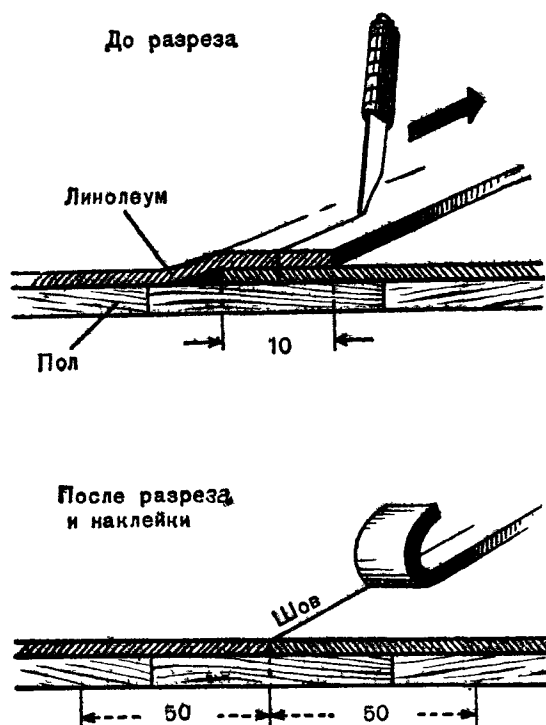


Рис. 58. Соединение листов линолеума.

Линолеум выпускается в продажу в рулонах шириной 1,6—2 м и длиной 30 м при толщине 2—3 мм. Он может быть с печатным рисунком и одноцветным, без рисунка.

Линолеум в рулонах следует хранить стоящим, в сухом помещении, при температуре не ниже 0°. Перед настилкой он должен находиться в теплом помещении (+16°) не менее суток, так как при более низкой температуре он теряет эластичность и легко ломается.

Линолеум может быть уложен на деревянный, дощатый, паркетный, на бетонный или на плиточный пол. Его прикрепляют к полу при помощи различных клеящих мастик.

Одну из мастик можно приготовить так: смешать вместе 1 кг измельченного казеинового клея, 100 см³ нашатырного спирта, (25-процентного), 5 л воды.

Для обеспечения точности пригонки швов между кусками наклеиваемого линолеума куски приклеивают с напуском 10 мм на ранее уложенные. При этом 50—60 мм кромки остаются несклеенными. В местах напуска оба куска линолеума одновремен-

но срезают по линейке (рис. 58), после чего, удалив отрезанные полоски, края листов приклеивают к основанию.

Основание, на которое наклеивают линолеум, должно быть совершенно сухим, без неровностей, так как линолеум очень эластичен и воспринимает все существующие выпуклости и впадины, его поверхность становится неровной и скорее изнашивается. Для выравнивания пола его рекомендуется шпаклевать специальной мастикой. Раскатать и уложить линолеум на покрываемую поверхность следует за сутки до наклейки для того, чтобы он мог хорошо расправиться. Перед укладкой линолеума плинтусы у стен должны быть сняты и уложены снова на место лишь после окончания наклейки.

Линолеумом можно быстро и легко закрыть старые изношенные полы, придав им тем самым приличный вид. Им можно также ремонтировать и существующие полы, покрытые линолеумом, заменяя изношенные и вытертые места новыми кусками нужных размеров и формы.

Линолеум можно мыть водой, а также натирать мастикой, как паркет.

ДОМАШНИЕ ИНСТРУМЕНТЫ

Но любую, даже самую мелкую работу, нельзя сделать без соответствующего инструмента и материалов (молотка, клещей, отвертки, гвоздей, шурупов и т. п.).

Поэтому в каждом домашнем хозяйстве должен быть хотя бы самый минимальный набор инструментов и материалов, с помощью которых можно самим справиться с небольшими домашними поделками (рис. 59).

Инструменты можно хранить в приспособленном для этого ящике (см. стр. 82) или на переносном щите (см. стр. 111).

Нужно также сохранять различные материалы, в том числе мелкие, бывшие в употреблении части и детали, обрезки древесины и фанеры, гвозди, шурупы и даже сложные выключатели, так как в иных случаях они могут понадобиться. Но для всего этого «хозяйства» также нужно иметь специальный ящик и никоим образом не захламлять помещения.

Молоток (с раздвоенным концом для выдергивания гвоздей) — совершенно необходимый инструмент в домашнем хозяйстве.

Он не должен быть тяжелым или слишком легким. Нормальный его вес (без рукоятки) для взрослого человека равен 0,5 кг. Длина рукоятки при этом должна быть 33—35 см. Рекомендуется приобретать молоток вместе с рукояткой, так как самому изготовить удобную рукоятку довольно сложно. Молоток должен быть хорошо и плотно насажен на рукоятку.

Для того чтобы при выдергивании гвоздя не повредить предмет, из которого гвоздь выдергивают (мебель, штукатурку стены и т. п.), следует иметь специальную планку из твердой древесины (дуба, бука), которую нужно подставлять под раздвоенную часть молотка.

Пассатижи — инструмент, объединяющий в себе плоскогубцы, резак для рубки проволоки и электропроводов, приспособление для обхвата и заворачивания мелких труб, гаек и т. п. Конец одной из ручек может служить отверткой, а конец другой — квадратным дыроколом.

Наиболее удобный размер длины пассатижей — 15 см. Ручки пассатижей рекомен-

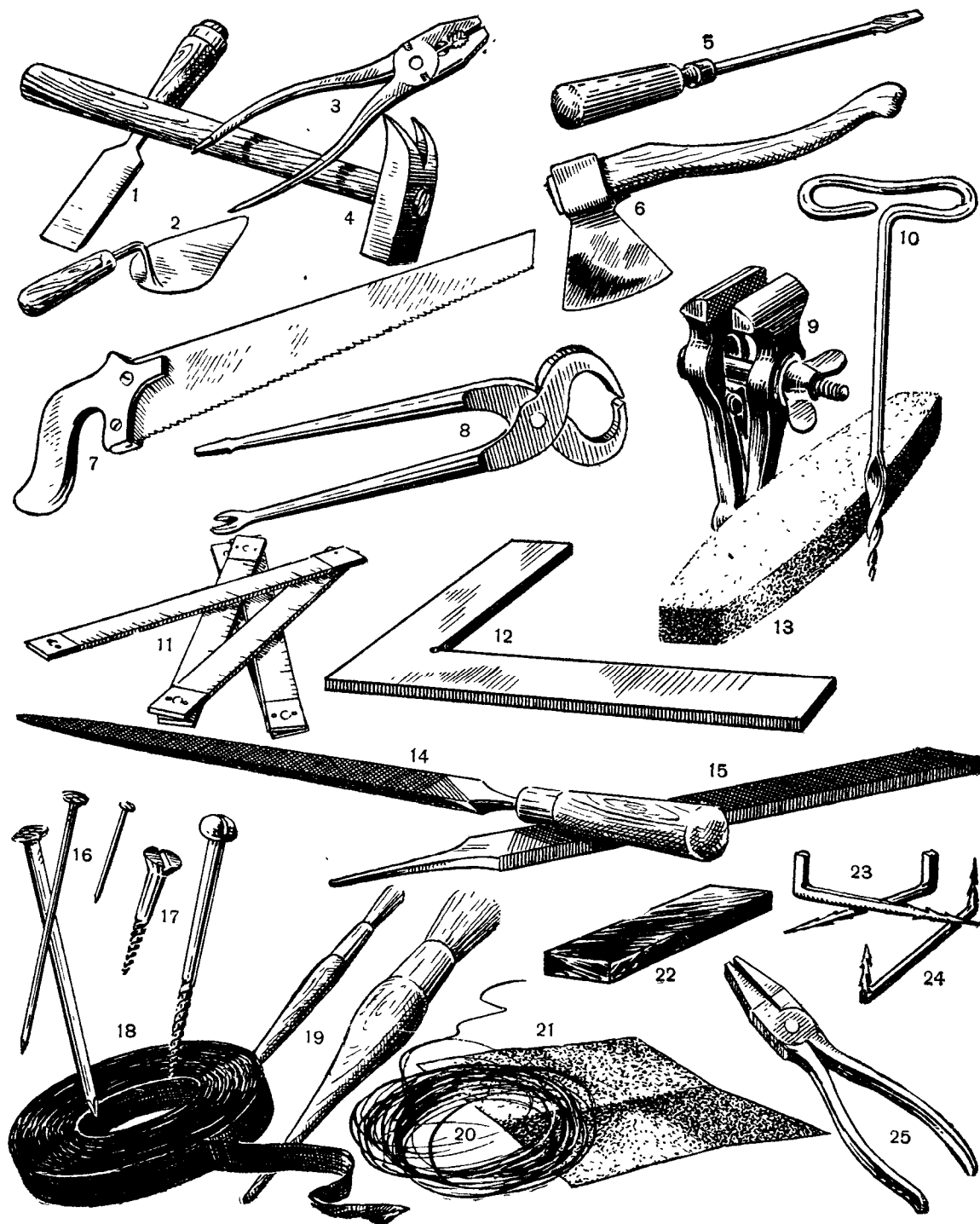


Рис. 59. Домашние инструменты и материалы:

1 — стамеска; 2 — штукатурная лопатка; 3 — пассатижи, 4 — молоток с раздвоенным концом; 5 — отвертка; 6 — топорик; 7 — ножовка; 8 — клещи; 9 — ручные тиски; 10 — буравчик 11 — складной метр; 12 — угольник металлический; 13 — точильный брусок; 14, 15 — напильники; 16 — гвозди; 17 — шурупы; 18 — изоляционная лента; 19 — кисти; 20 — проволока тонкая; 21 — шкурка; 22 — планка под молоток для вытаскивания гвоздей; 23 — костыли; 24 — скоба; 25 — плоскогубцы.

дуются обертывать изоляционной лентой или надевать на них резиновую трубку.

Отвертки необходимы для вывертывания и привертывания шурупов и винтов в петлях, электрических приборах. Наиболее удобный размер длины планки отвертки (до ручки) — примерно 12 см, а ширины рабочего конца — 8 мм.

Топорик малый применяется для мелких столярных работ, для раскалывания небольших чурок, для садовых работ и т. п. Вес его (без рукоятки) примерно 0,8 кг, длина рукоятки — около 20 см.

Топор должен быть всегда острым, с крепко насаженной ручкой.

Ножовка заменяет лучковую пилу. Применяется для продольного и поперечного пиления древесины.

Начинать пилить ножовкой следует медленно движением ее на себя. Для того чтобы правильно и точно сделать пропил, необходимо иметь надежную опору, на которой должен быть удобно уложен распиливаемый предмет. Длина ножовки — 45—50 см.

Буравчик — также необходимый домашний инструмент. Желательно иметь два, а еще лучше три буравчика диаметром 5, 7 и 9 мм. Следует обращать внимание на правильную установку буравчика по центру проделываемого отверстия, а затем на строго вертикальное положение буравчика во время сверления отверстия.

Клещи применяются для вытаскивания гвоздей, в качестве вспомогательных зажимов при выполнении рабочих операций, для резки проволоки и т. д.

Наиболее практичным и точным является металлический *складной метр*, а также *металлический угольник*.

Ручные тиски применяются главным образом во время работы напильником как по дереву, так и по металлу для закрепления небольших предметов, держать которые пальцами неудобно и опасно (гвозди, ключи и т. п.).

Шерхебель служит для первой грубой острожки древесины. Его железка (шириной до 35 мм) имеет закругленный конец, который оставляет после себя следы в виде неглубоких желобков.

Рубанок применяется для выравнивания поверхности, остроганной шерхебелем, а также для острожки достаточно ровных, но не гладких поверхностей (нестроганая доска). Его железка имеет ширину до 50 мм.

Для предохранения нижней поверхности «колодки» шерхебеля и рубанка от быстрого изнашивания вследствие постоянного трения об острогиваемую поверхность желательнее, чтобы «колодка» была из твердой древесины (клен, бук).

Долота и стамески применяются для долбления древесины и проделывания в ней гнезд или отверстий прямоугольной формы. При этом долота применяются для долбления гнезд и сквозных отверстий, а стамески — главным образом для зачистки поверхностей после работы долотом.

Долота и стамески должны быть различной ширины, а потому каждый набор должен иметь их несколько (4—5 шт.).

При работе долотом необходимо иметь деревянный молоток «киянку», пользование которым предохраняет от повреждений ручки долота.

Коловорот с набором сверл различного диаметра используется для высверливания цилиндрических отверстий.

При сверлении очень важно следить за правильным положением сверла вдоль оси заданного отверстия.

Напильник и рапила (напильник с крупной насечкой) применяются для зачистки мелких непрямолинейных поверхностей и для сглаживания неровностей на углах и в недоступных для других инструментов местах.

Напильники могут быть «драчевые», «личные» и «бархатные» и иметь в сечении прямоугольную, полукруглую, круглую и треугольную форму. Напильники могут применяться и для обработки металла.

Кусачки (могут быть заменены пассатижами) — щипцы с острыми губками, применяемые для откусывания проволоки и т. п.

Шлямбур (одного или двух диаметров) представляет собой стальную трубку с зазубренным рабочим концом. Служит для пробивания отверстий в каменных или бетонных частях зданий.

Шпатель (деревянный и металлический) служит для нанесения и разравнивания шпаклевки при малярных работах.

Штукатурная лопатка стальная служит для накладывания, размещения, заглаживания, намазывания, нанесения и срезания раствора во время штукатурных работ.

Хорошо, когда у хозяина есть в наборе и такие инструменты, как плоскогубцы, зубило, кисти малярные, стеклорез, бруски, оселки и др.

ТАБУРЕТ

Табурет для кухни (рис. 60) можно изготовить из сосновой или еловой сухой доски толщиной 20 мм. Доска должна быть остроганной на станке, так как самому хорошо острогать ее довольно сложно и не всякий сумеет это сделать.

На рисунке показаны размеры отдельных частей табурета и места их соединения. Для того чтобы собрать табурет, требуются следующие отрезки досок:

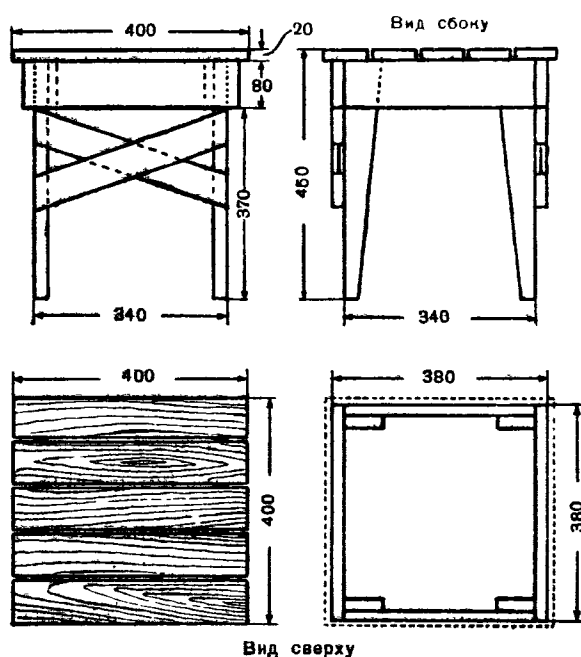
4 отрезка для ножек размером . .	430 × 70 мм
4 проножек	200 × 60 .
2 царг	340 × 80 .
2	380 × 80 .
отрезков для крышки	400 × 72 .

Все элементы соединяют между собой гвоздями размером 75 × 3 мм, концы которых тщательно загибают. Проножки соединяют попарно между собой «вполдерева». Крышку табурета, чтобы она не покоребилась в дальнейшем от влаги, делают из отдельных дощечек, оставляя между ними небольшие зазоры.

Концы ножек следует застрогать таким образом, чтобы можно было избежать скалываний на ножках при передвижке табурета по полу.

После изготовления табурет следует тщательно зашпаклевать и покрасить масляной краской два раза.

Рациональней и красивей окрасить крышку табурета в более темный цвет, чем остальную его часть (черный и серый, темно-коричневый и светло-коричневый и т. п.).



Крепление ножек

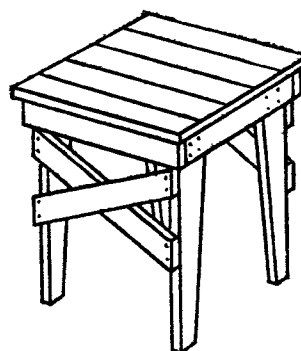
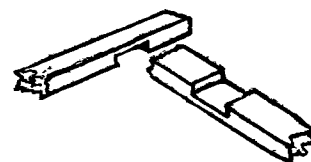


Рис. 60. Табурет.

СТРЕМЯНКА

Стремянку, или складную лестницу (рис. 61), хорошо сделать из сухих сосновых досок толщиной 20 мм, из которых заготовлены следующие детали:

2 тетивы размером	1000 × 75 мм
2 бруска для задних подставок размером	940 × 50 .
2 бруска для задних подставок размером	350 × 40 .
4 ступени лестницы размером . .	310 × 100 .
1 верхняя ступень	420 × 160 .
2 держателя для болтов	145 × 70 .

Деревянные детали скрепляют между собой шурупами на столярном клею. Ступени врезают в тетивы на 3 мм и ук-

репляют с каждой стороны двумя шурупами.

Стремянка состоит из непосредственно лестницы и задней подставки.

Заднюю подставку укрепляют на двух болтах. Лестница во время пользования стремянкой соединяется с задней подставкой при помощи металлической цепки или самодельного проволочного (проволока сечением 5 мм) крюка.

При указанной на чертеже длине лестницы стремянка во время пользования ею дает возможность подняться на высоту 800—900 мм от пола.

Благодаря небольшим размерам по толщине и высоте стремянка может храниться в сложенном виде в шкафу для хозяйственных вещей.

Стремянку рекомендуется зашпаклевать и покрасить масляной краской два раза.

Заделка ступеней
в тетиву

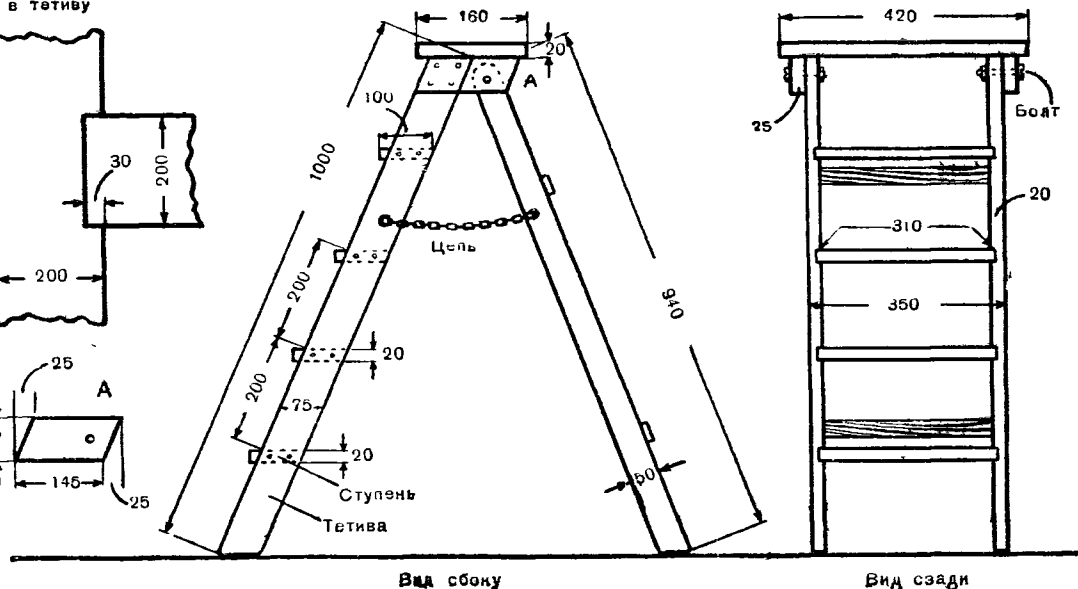
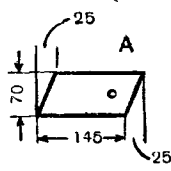
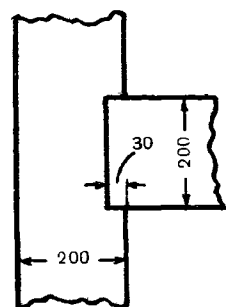


Рис. 61. Стремянка.

ГЛАДИЛЬНАЯ ДОСКА

Предлагаемая гладильная доска (рис. 62) имеет откидную ножку с таким расчетом, чтобы при глажении, будучи уложенной одним концом на край стола, другим концом она опиралась на откинутую ножку. Конец гладильной доски имеет упор, который вплотную прикладывается к крышке стола, и, кроме того, накидной крючок, пристегиваемый к столу и обеспечивающий неподвижность доски во время глажения.

В сложенном виде укрепленную на петле ножку вплотную прикладывают к доске, и, таким образом, доска занимает мало места.

Непосредственно для гладильной доски

следует подобрать отрезок сухой сосновой доски толщиной 30 мм, шириной 230 мм, длиной 1300 мм, острогать его и обить куском старого сукна, одеяла и т. п.

Откидную ножку изготовляют из досок толщиной 20 мм и укрепляют на двух простейшего вида дверных петлях. В открытом виде ножка упирается в специально прикрепленную к гладильной доске «останову». Высота ножки должна соответствовать высоте стола, на который будет обычно укладываться гладильная доска.

На закругленном конце гладильной доски можно укрепить кольцо, за которое ее удобно вешать в сложенном виде на стене или в хозяйственном шкафу.

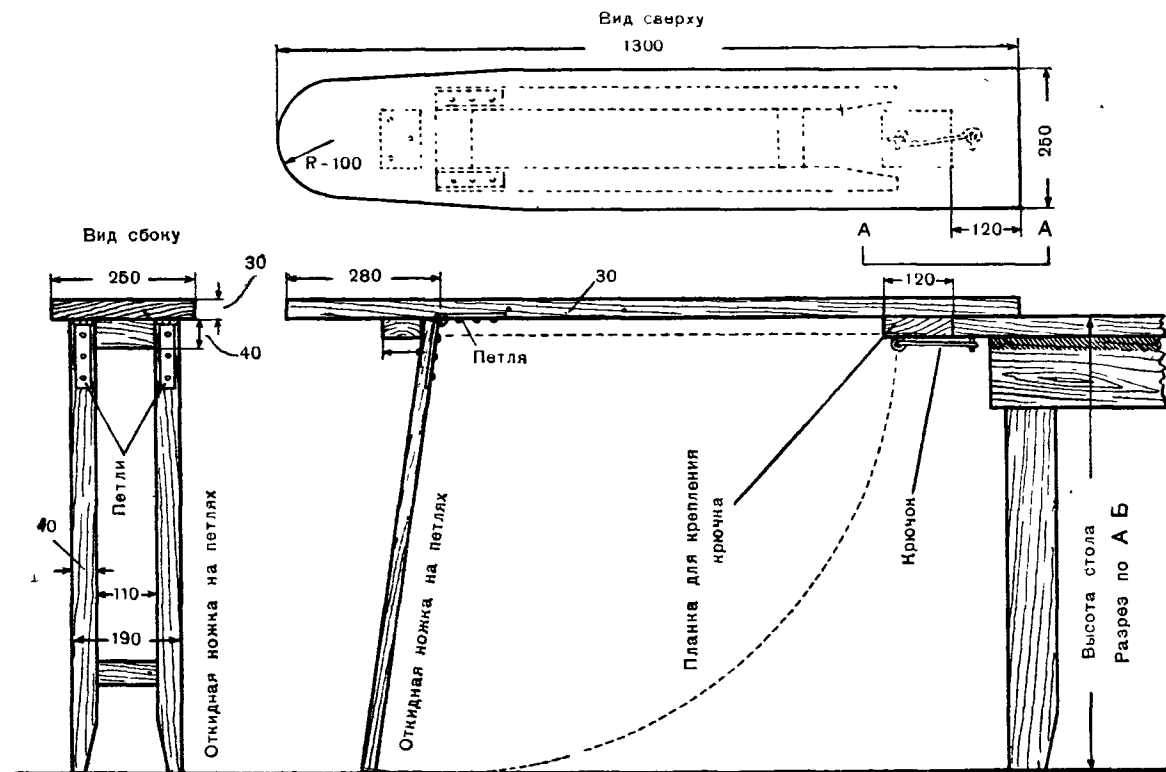


Рис. 62. Гладильная доска.

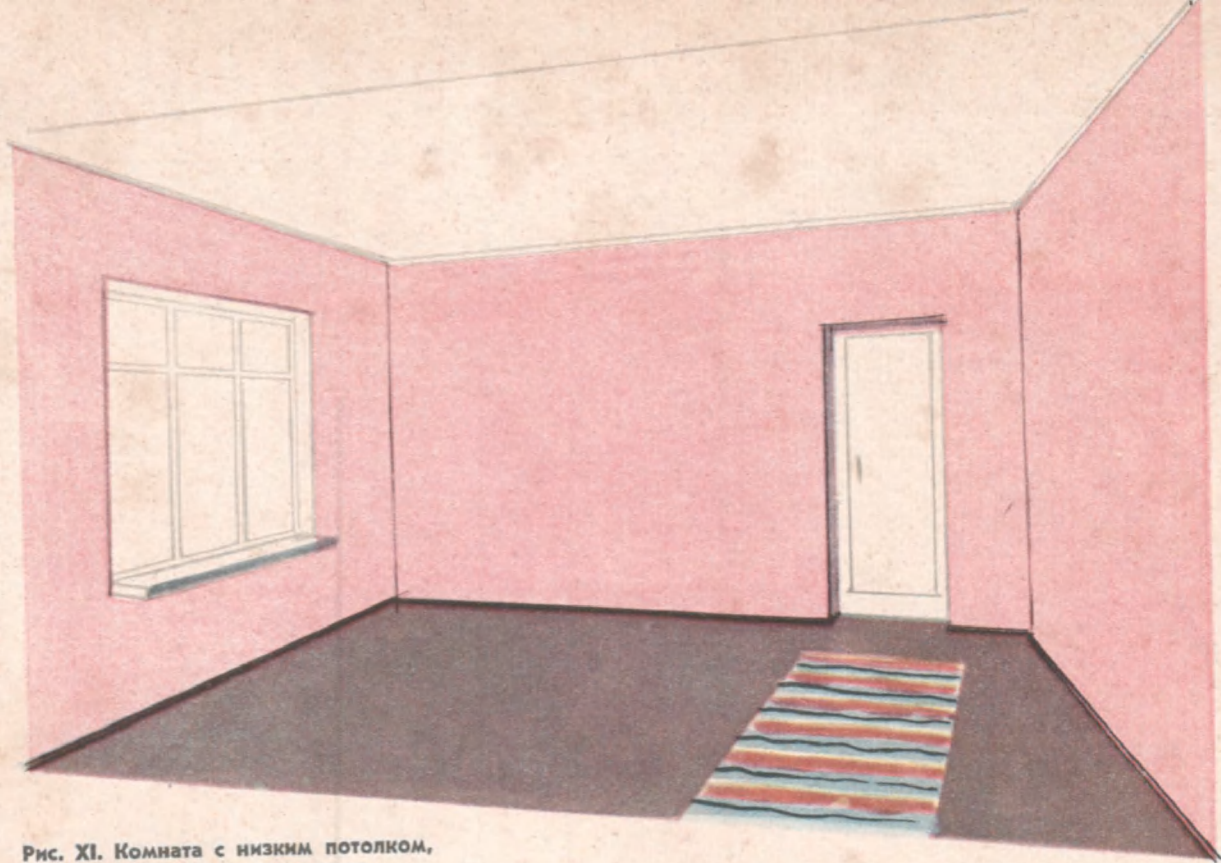


Рис. XI. Комната с низким потолком, окрашенная в один цвет.

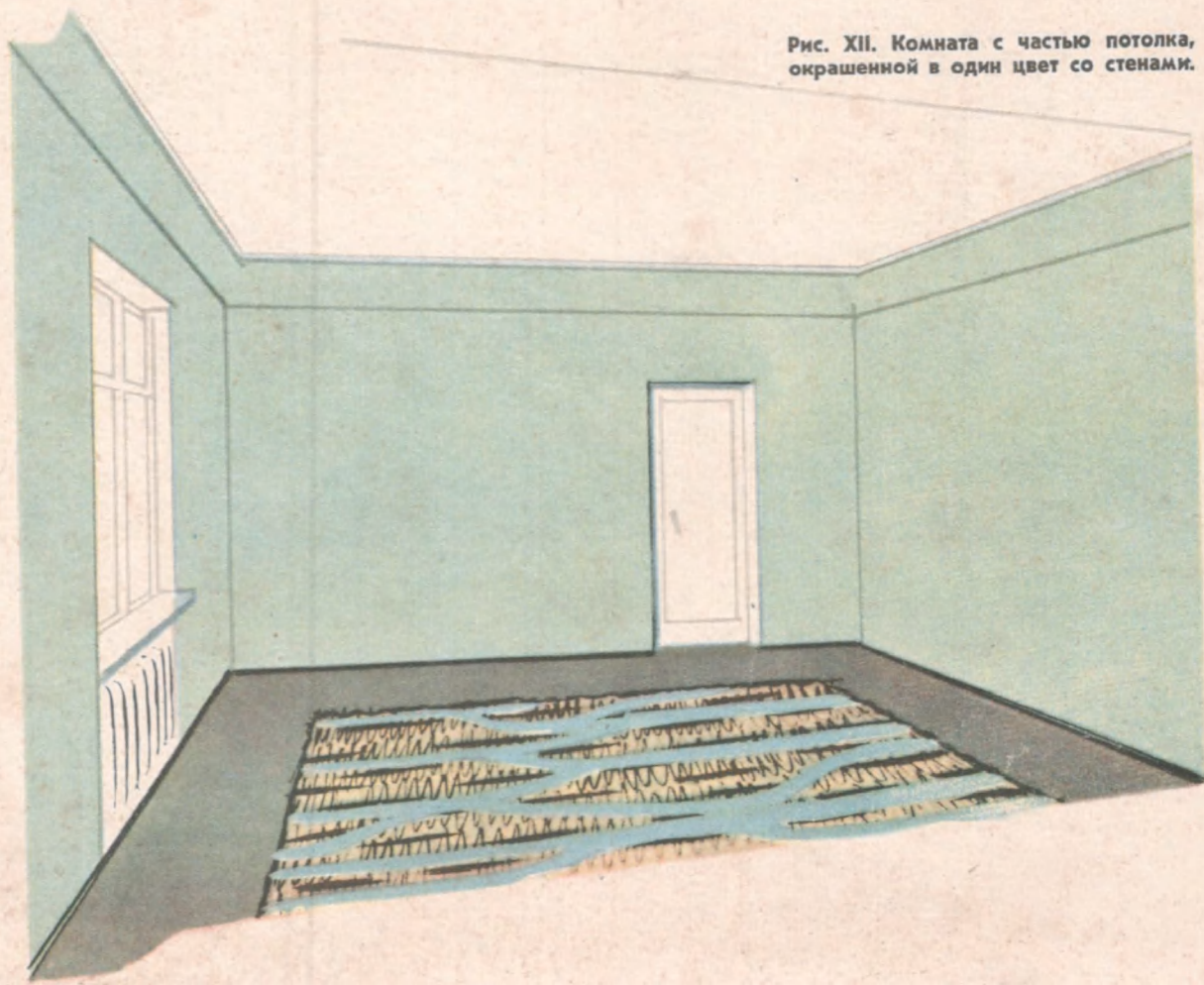
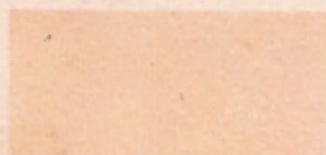


Рис. XII. Комната с частью потолка, окрашенной в один цвет со стенами.

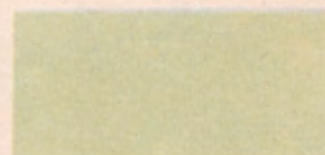
„ТЕПЛЫЕ“ ЦВЕТА



1



4



7



2



5



8



3



6



9

„ХОЛОДНЫЕ“ ЦВЕТА



10



12



14



11



13



15

Рис. XIII. Образцы «теплых» [1—9] и «холодных» [10—15] цветов окраски или обоев:

1 — для общей комнаты, столовой с мебелью из светлого ореха, дуба, красного дерева; 2 — для столовой с мебелью из темного ореха, дуба, красного дерева, из палисандра; 3 — для общей комнаты, столовой, детской комнаты с мебелью из темных дуба, красного дерева, груши, из белого или красного бука; 4 — для общей комнаты, спальни с мебелью из светлых ясеня, березы, ореха, дуба, из светлой или темной груши; 5 — для общей комнаты, с мебелью из светлых ясеня, березы, из светлой или темной груши, красного или белого бука; 6 — для общей комнаты с мебелью из светлых березы, тополя, ясеня, из карельской березы, белого бука; 7 — для столовой с мебелью из светлого или темного бука; 8, 9 — для прихожей; 10 — для общей комнаты, столовой с мебелью из светлых или темных ореха, дуба, из красного дерева, белого бука; 11 — для общей комнаты, спальни с мебелью из светлых или темных ореха, дуба, красного дерева, из светлых березы, ясеня, тополя, из карельской березы, белого или красного бука; 12 — для спальни с мебелью из темного ореха, красного дерева, из светлых березы, ясеня, тополя, из карельской березы; 13 — для кабинета с мебелью из черного дуба, темного красного бука; 14 — для кабинета с мебелью из темных ореха, дуба, красного дерева, из красного бука, светлой и темной груши, светлых березы, ясеня, тополя, из карельской березы; 15 — для кабинета с мебелью из темного мореного дуба, темного красного дерева, темного ореха, мореного красного бука, светлых березы, ясеня, белого бука.

ПОДВЕСНАЯ КУХОННАЯ ПОЛКА

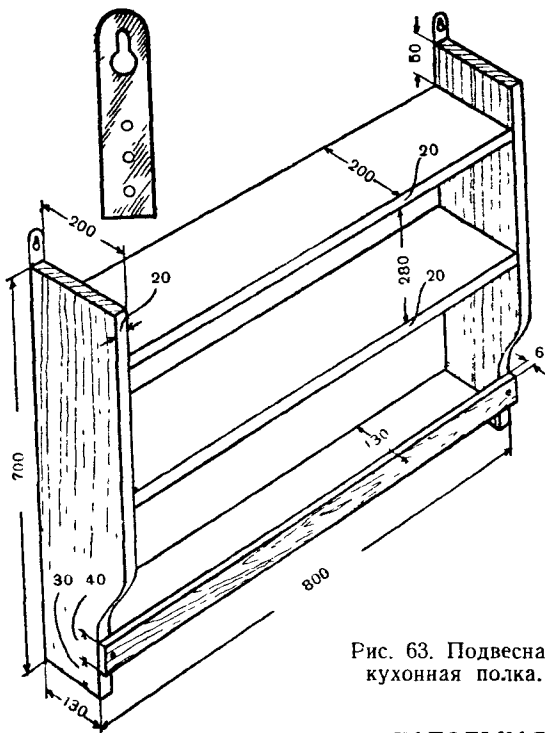


Рис. 63. Подвесная кухонная полка.

Простейшего вида подвесная кухонная полка (рис. 63) изготавливается из следующих элементов остроганных сосновых сухих досок:

- 1 отрезок для боковых стенок размером $200 \times 700 \times 20$ мм
- 2 отрезка для полок размером $200 \times 800 \times 20$,
- 1 отрезок для нижней полки размером $130 \times 800 \times 20$,
- 1 отрезок размером $40 \times 834 \times 6$.

Полки вставляют сзади на клею в боковые стенки, в паз глубиной 3—4 мм и затем укрепляют двумя шурупами с каждой стороны каждой полки.

Полку подвешивают к стене на двух петлях.

После изготовления полку следует зашпаклевать и окрасить масляной краской два раза.

НАПОЛЬНАЯ КНИЖНАЯ ПОЛКА

Книжная полка (рис. 64) запроектирована с таким расчетом, чтобы при наличии большого количества книг такие книжные полки можно было приставлять друг к другу или ставить одну на другую.

Расстояния между полками по высоте предусматривают возможность установки книг, имеющих наиболее распространенные высоты.

Книжную полку изготавливают из сухих остроганных сосновых досок толщиной 20 мм (после строжки). Каждую из полок вставляют в боковые стенки сзади, в пазы глубиной 4—5 мм и затем укрепляют шурупами по два с каждой стороны в каждой полке.

Книжная полка может быть устроена с задней стенкой или без таковой. Задняя стенка может быть из фанеры толщиной 5—6 мм.

Если полка сделана из «чистого» леса, не имеющего большого количества сучков и других дефектов, то ее можно отшлифовать шкуркой, заморить в какой-либо цвет (цвет орехового или красного дерева), а затем покрыть лаком. Если же полка сделана из материала, имеющего какие-либо дефекты, то ее нужно зашпаклевать и окрасить масляной краской.

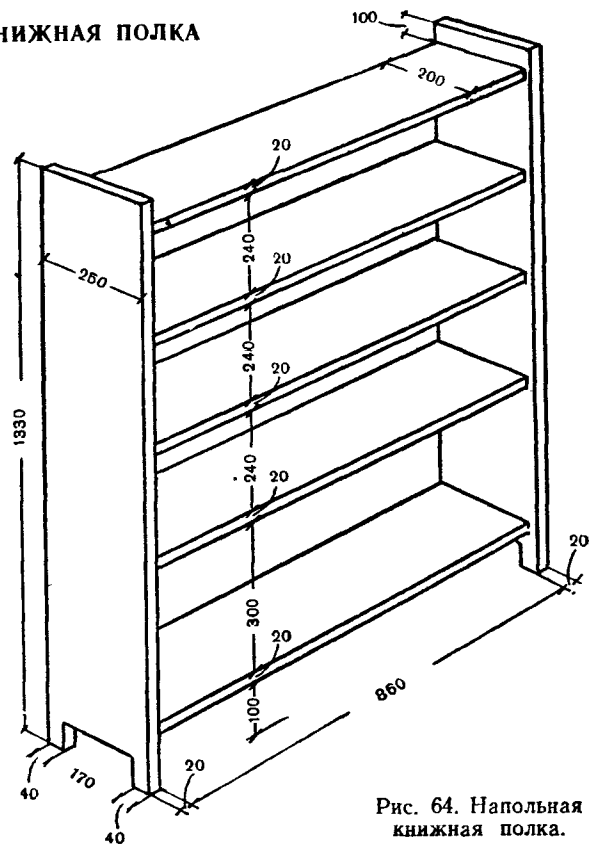


Рис. 64. Напольная книжная полка.

ЯЩИК ДЛЯ ИНСТРУМЕНТОВ

Ящик (рис. 65) предназначен для хранения и переноски домашних столярных и других инструментов, гвоздей и шурупов разных размеров, а также разного рода мелких предметов, необходимых для домашнего ремонта и поделок.

Ящик состоит из следующих элементов, изготавливаемых из сухих строганных сосновых досок и брусков, а также из березовой фанеры:

2 доски размером*	150 × 226 × 18 мм
2 "	450 × 60 × 12 "
1 доска	12 × 410 × 60 "
4 доски	120 × 107 × 60 "
1 точеный или остроганный круглый брусок для ручки толщиной	21 мм
1 кусок фанеры размером и толщиной	450 × 250 5 — 6 "

* См. торцовые стенки по рисунку,

Для простоты изготовления рекомендуется заготовить дощечки нужной общей длины, ширины и толщины и разрезать их затем на отрезки-элементы по длине.

Указанные элементы следует соединить между собой не на гвоздях, а для прочности на клею и на шурупах, поставив, кроме того, по углам металлические уголки на шурупах.

Донышко ящика из фанеры также следует укрепить шурупами на клею по наружному периметру и по перегородкам ящика.

Для укрепления круглого бруска (ручки) следует проделать в торцовых стенках ящика квадратные углубления глубиной 5 мм, в которые затем вставляют концы ручки, соответственно обтесанные. Квадратные концы не дадут возможности ручке поворачиваться.

Кроме того, концы должны быть прикреплены к стенкам ящика шурупами.

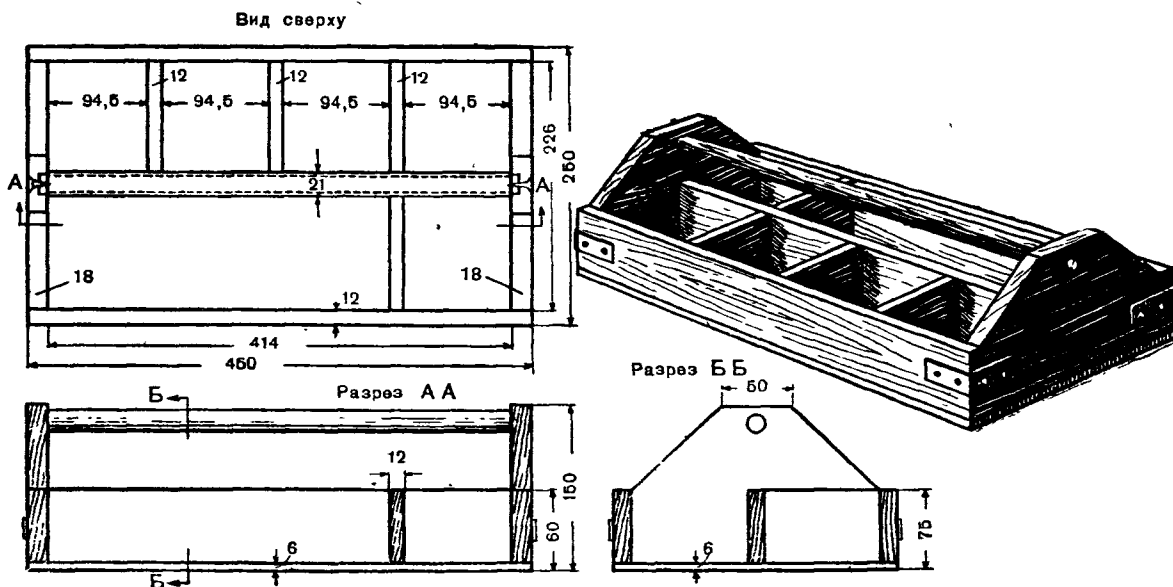


Рис. 65. Ящик для инструментов.



Всякому человеку, а особенно молодым новоселам, хочется жить в красивом, удобном доме. Если дом построен давно, его стараются улучшить; если же он строится вновь, заботятся о том, чтобы он получился просторным, светлым и нарядным.

В каждой местности давно определен наиболее распространенный тип жилого дома. Традиции, по которым он создавался, связаны с климатом, наличием тех или иных материалов и, конечно, образом жизни и привычками людей. Эти традиции очень устойчивы. Большинство из них основано на народном опыте и мудрости и поэтому содержит в себе много правильного и рационального.

Но иногда эта устойчивость традиций приводит к тому, что они начинают отставать от жизни. Ведь наши колхозы уверенно идут по пути подъема. С каждым годом увеличиваются их доходы, повышается материальное благосостояние колхозников, и может получиться так, что привычные с детства размеры жилья, его планировка, внутреннее устройство и наружный вид не будут удовлетворять новоселов.

Значит, в некоторых случаях надо смелее отходить от старого, привычного и строить по-новому.

Бывает так, что в одной деревне или поселке все дома оказываются похожими друг на друга, как близнецы; построит кто-либо крышу со срезом, причудливое слуховое окно или крыльцо, и все вокруг делают так же, не отдавая себе отчета в том, красиво ли это, целесообразно и удобно ли для другой семьи.

Следовательно, надо яснее представлять себе, от чего зависит красота дома и удобство жизни в нем.

Желание сделать свой дом нарядным понятно, конечно, каждому. В этом сказывается естественное стремление человека к красоте.

В старину дома покрывали тонкой причудливой резьбой, белили, окрашивали яркими красками или расписывали. Но внутри, за маленькими подслеповатыми окнами часто скрывалась бедная, полная лишений жизнь людей.

Теперь же, когда неузнаваемо переменялась жизнь в колхозах и резко повысился культурный уровень деревни, улучшается и быт колхозников. Это находит свое отражение как в плане, конструкциях, материалах и благоустройстве самого дома, так и в характере планировки и использования участка.

Существуют типовые проекты домов и застройки участков. Они разнообразны. Мы предлагаем варианты застройки участка и планировки дома.

УЧАСТОК

Сейчас, когда везде идет новое строительство, важное значение приобретает застройка колхозных поселений по строго продуманным, единым планам.

Такой план предусматривает как размещение на селе общественных зданий, так и строительство новых жилых домов, а в будущем — прокладку сетей водопровода и канализации.

Дома могут быть расположены в одну

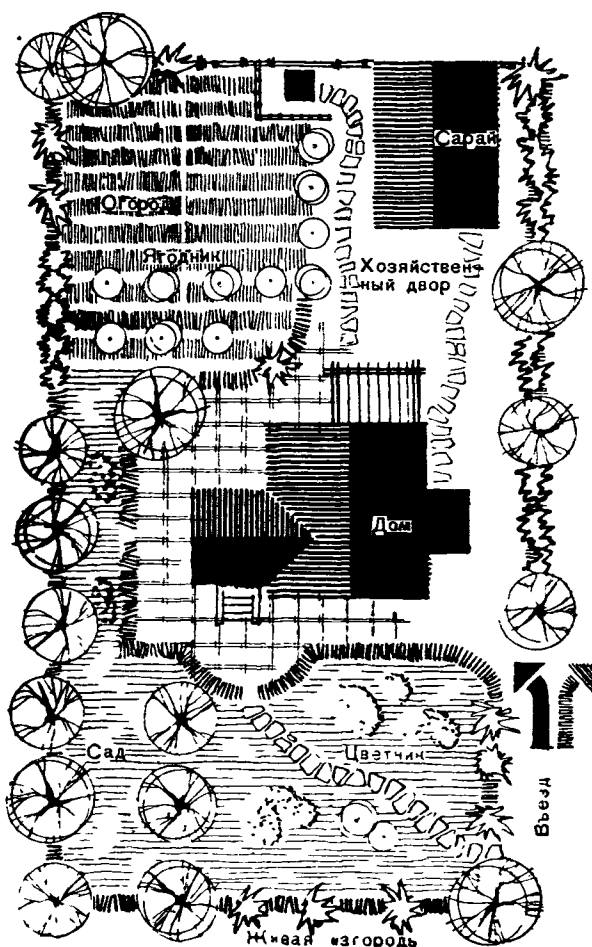


Рис. 66. Пример постановки дома в глубине участка.

Понятно, однако, что по вопросам, возникающим при застройке, нужно советоваться с соответствующими проектными организациями.

линию, в два-три ряда, на различном расстоянии от улицы, а также вдоль проездов, отходящих в глубь территории поселка. Проезды могут заканчиваться тупиками либо изгибаться петлей. На таких тупиковых или петельных проездах в зелени и тишине удобно разместятся жилые постройки. Эта компактность позволит более экономно проводить линии водопровода, канализации и электросети, а также дороги. При этом может появиться необходимость строить дом не в 3—4 м от улицы, как обычно, а посередине или в глубине участка. Этого бояться совсем не надо, такая необычная для многих мест постановка дома может оказаться очень удобной.

Вообще дом на участке можно поставить по-разному. Например, хорошо, когда дом стоит в глубине участка, ближе к одной из его сторон, «спиной» к соседу. При этом хозяйственные дворы двух смежных владений оказываются рядом, к ним можно сделать один общий проезд. Большое свободное пространство перед окнами главных комнат можно занять садом или цветником (рис. 66).

В каждом отдельном случае, в зависимости от привычек и потребностей семьи, участок может быть спланирован по-разному, но все же существуют общие, наиболее удобные нормы его использования. Так, на участке среднего размера хозяйственный двор вместе с дорожками и проездами обычно занимает 20 процентов, цветник — 10 процентов, ягодник и сад — 30 процентов, огород — 30 процентов, под хозяйственными постройками останется примерно 10 процентов площади. Это, конечно, средние, условные цифры, которые могут меняться.

Очень большое значение для дома имеет вид участка, на котором он стоит. На неблагоустроенном, захламленном участке самый нарядный дом будет выглядеть плохо. И наоборот: в зелени, среди деревьев, цветов, дорожек и лужаек даже самая простая и скромная постройка покажется уютной и привлекательной. Об этом надо

помнить всем: как старожилам, давно живущим на своем участке, так и новоселам.

Как просто посадить около дома молодую березку, липу или рябину! Пройдут года, и весело зашумят листвою дерева, давая прохладу и тень, украшая участок. Мало что сравнится с чувством удовлетворения у человека, вырастившего своими руками дерево!

Надо уметь как бы «заглянуть в будущее» и представить себе участок через несколько лет; тогда станет ясно, где сажать деревья, чтобы они не затемняли огород или ягодник и не затеняли дом; слишком тесная посадка деревьев — наиболее частая ошибка новоселов.

Участок всегда красивее, если на нем чередуются засаженные деревьями или кустами и открытые места. Лужок перед верандой или крыльцом, а вокруг него цветы или низкие декоративные кусты очень хорошо выглядят на участке.

Чтобы газон был ровным и густым, его перекапывают и засевают смесью различных трав. Наиболее просто и доступно засеять участок пастбищным райграсом (одну треть) и овсяницей (две трети).

Нарядно выглядят на участке дорожки и площадки, посыпанные песком, выложенные кирпичом или плоскими камнями. Та-

кие плоские камни иногда достаточно положить на дворе на расстоянии шага друг от друга, засеяв все окружающее пространство травой. Даже в ненастную погоду по такой дорожке можно пройти, не замочив ног.

На небольшом участке надо особенно тщательно подбирать и рассаживать растения. Не следует нагромождать на нем разнообразных сортов: это приведет к излишней пестроте. Группы одинаковых кустов или цветов на малой площади выглядят красивее.

Вдоль проездов и дорожек часто устраивают узкие грядки — рабатки и на них высаживают многолетние цветы. На солнечных местах могут быть посажены пионы, в тени — флоксы, восточный мак или лупин.

Красиво выглядит вдоль дорожек и садовая грунтовая гортензия. Хорошим низким бордюром вдоль дорожек могут быть низкорослые многолетние астры.

Для каждого климатического пояса эти растения будут, конечно, разные. Но и среди растений, хорошо растущих в средней полосе, бывают и теплолюбивые и любящие тень. К первым относится, например, привитая сирень, ко вторым — жасмин. Это также надо помнить при посадках.

ИЗГОРОДИ, ТРЕЛЬЯЖНЫЕ РЕШЕТКИ И ПЕРГОЛЫ

Хорошая ограда не только защищает посадки на участке, но и украшает собою всю усадьбу. Ограды могут быть самые различные: сплошные дощатые, сквозные из штакетника, из жердей, кольев и прутьев, из естественно растущих вьющихся растений и густых кустарников.

Выбор той или иной изгороди должен исходить из ее назначения и соответствовать общему виду дома. Нецелесообразно, например, для огораживания глубинных частей сада или огорода делать изгородь из дорогого штакетника или обрамлять небольшие дома забором на высоком кирпичном фундаменте.

Основой всякой искусственной ограды — забора, калиток и ворот — являются столбы. От их качества зависят прочность и долговечность ограды. Наиболее распространенные обычные породы деревьев, такие, как сосна, ель или осина, загнивают в земле через три-пять лет. Береза выходит

из строя еще быстрее. Чтобы продлить срок службы столбов, их нижние концы перед опусканием в ямы обугливают на костре или пропитывают креозотом, смолой или специальным антисептическим составом. Некоторые породы деревьев и сами хорошо сопротивляются гниению. Это дуб, кедр, орех, кипарис. Столбы из этих деревьев более долговечны.

Но самыми надежными и в конечном счете более экономичными являются легкие железобетонные столбы, особенно в безлесных районах. Примером тому служит широкое применение железобетонных столбов на крымских виноградниках, где все реже и реже встречаются применявшиеся ранее дубовые колья. Изготавливать такие столбы лучше организованным порядком, на специальных строительных площадках. Легкие щиты ограждения заготавливаются также заранее и потом на участке быстро и надежно крепятся к столбам на болтах.

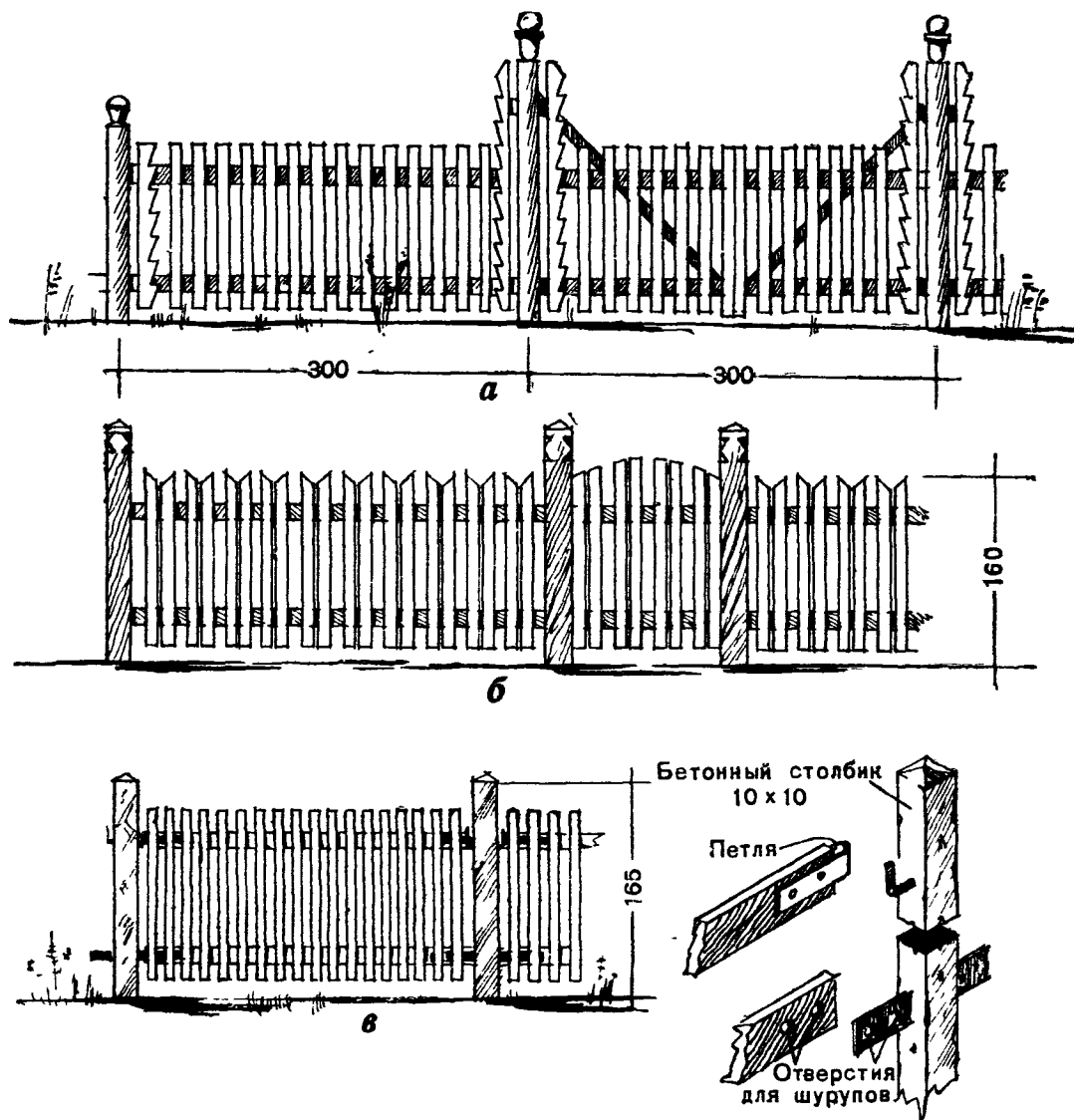


Рис. 67 Изгороди для участка:
а, б — из штакетника; в — сборная с железобетонными столбами.

Изгороди можно устраивать из нескольких длинных, горизонтально расположенных брусков, досок, жердей или же из более коротких узких обрезных тесинок — «штакетин», горбыля или кольев, укрепленных на двух продольных слегах.

Материал, из которого делается забор, определяет и его конструкцию и внешний вид. Так, ровный «обрезной» строганный штакетник настолько красив сам по себе, что достаточно на равных расстояниях друг от друга прибить строго вертикально отдельные штакетины к слегам, тщательно

выравнивая верхние концы по шнуру, натянутому между соседними столбами, чтобы забор приобрел вполне законченный вид.

Такому забору можно придать индивидуальный облик и сделать его более красивым, срезав верхние концы тесинок «на ус» к одному краю или в виде пики заострив к середине. Штакетины можно приколачивать к слегам попарно, несколько увеличивая расстояние между двумя соседними парами. В зависимости от ширины штакетника, которая может быть 5—10 см, эти расстояния будут колебаться от 5 до 15 см.

Дополнительным украшением забора могут служить прибитые возле столбов более широкие, чем основной штакетник, тесины с декоративными зарубками или пропиловкой. В центре каждой секции забора на штакетину можно прибить круги или ромбы, вырезанные из широкой тесины.

Делать забор из дорогого штакетника совсем не обязательно. Хорошая ограда может быть выполнена из тонких кольев или прутьев, надо только очень тщательно и ровно укреплять их на горизонтальных жердях, выравнивая расстояния между кольями и их вершинки. Вьющиеся растения — хмель, ипомея или декоративные бобы — украсят такой забор.

Перед домом, со стороны улицы ограда, возможно, будет сложнее, со стороны боковых проездов или между смежными участками — проще и ниже. Ворота и калитки обычно делают выше и наряднее, чем остальную часть забора.

Несколько типов простых оград показано на рис. 67 и 68.

Изгородь желательно окрасить. Это предохранит ее от гниения и придаст нарядный, красивый вид. Лучшей будет, конечно, масляная краска, но она обходится довольно дорого. Более дешевым красителем служит красочный состав, приготовляемый следующим способом: на 3 ведра холодной воды размешивают 1 кг ржаной муки и кипятят, добавив 1 кг железного купороса, 1 кг соли и 10 кг сухой минеральной краски, например железного сурика или мумии. Этот состав экономичен, хорошо ложится на дерево и защищает его от гниения.

Хорошо покрывать изгороди креозотом, который придает им также характерную окраску в коричневый цвет. Нужно иметь в виду, что покрытую креозотом поверхность красить нельзя, так как креозот неизбежно будет просачиваться через краску. Изгородь или забор служат гораздо дольше, если места соединения отдельных частей изгороди перед сборкой покрыть краской или креозотом.

Естественные ограды — самые красивые и долговечные. Чтобы живая изгородь хорошо росла, нужно тщательно подготовить для нее землю на ширину 1 м и глубину 25—30 см. Растения сажают в один или два ряда (в шахматном порядке). При однорядной посадке расстояние между кустами 25—40 см, при двухрядной — 40—70 см. Живая изгородь может быть высотой 1—2 м.

В средней полосе нашей страны для живых изгородей могут быть использованы следующие породы: для изгородей средней высоты — желтая акация, барбарис, боярышник, жимолость, кизильник с красными блестящими листьями и др.; для высоких (выше 2 м) — желтая акация, боярышник, жимолость, татарский клен. Живую изгородь целесообразно в первые годы ее развития сочетать с обычным забором из жердей или колышков.

Кустарник в изгородях периодически подстригают. Тогда он становится гуще и ровнее.

Кустарники хорошо сажать не только вокруг участка, но и внутри него, вдоль въездной дороги, между садом и хозяйственным двором и т. д.

На участке часто имеются свои излюбленные уголки, где в свободное время собирается вся семья. Это может быть площадка возле самого здания или же какое-либо

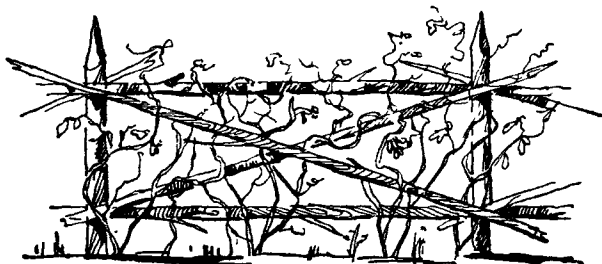
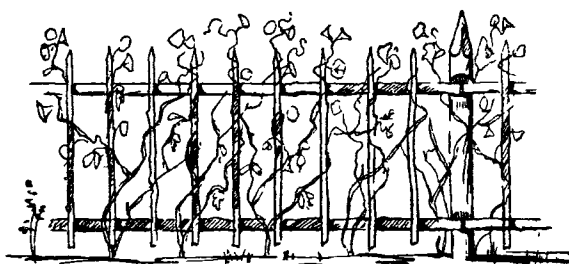
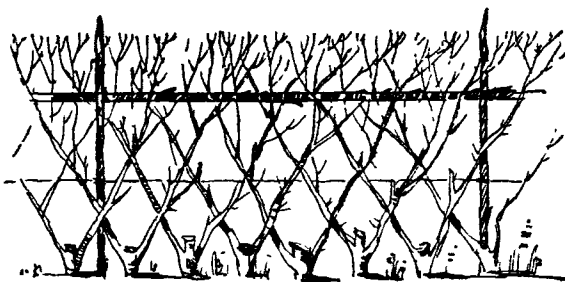


Рис. 68. Примеры легких оград из живой растительности.

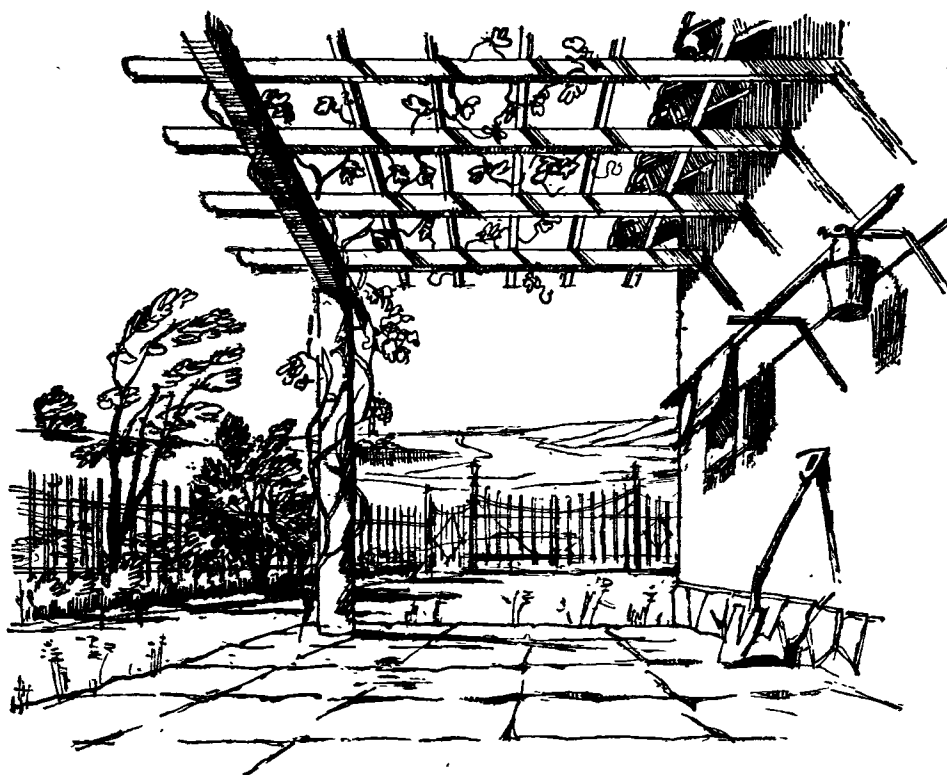


Рис. 69. Пергола при доме.

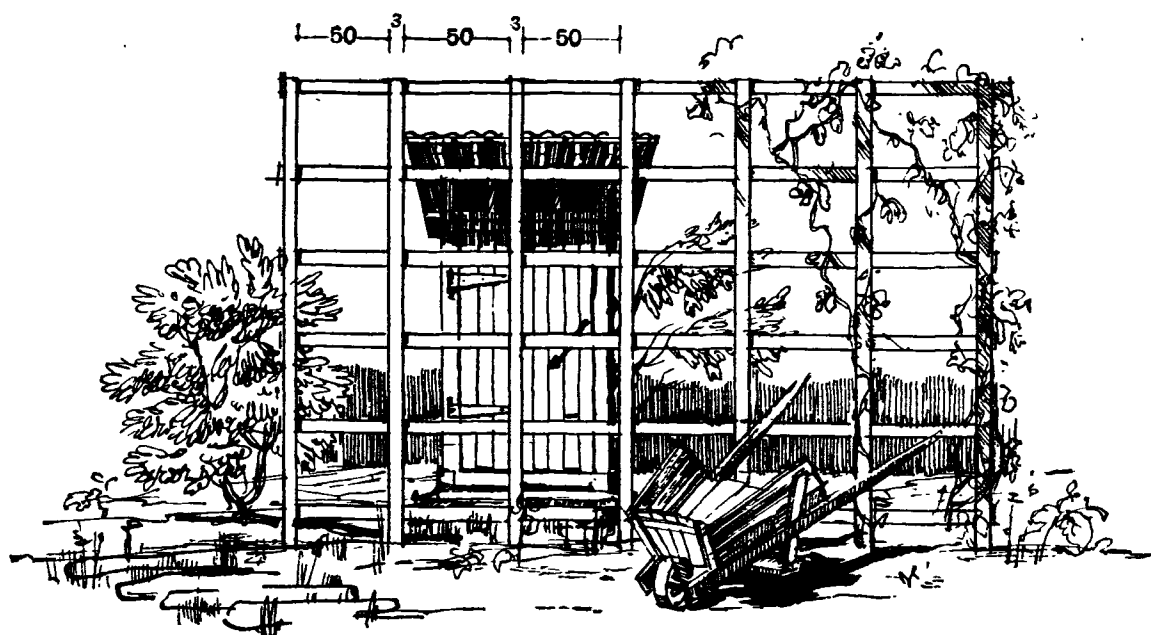


Рис. 70. Трельяжная решетка.

место вдали от дома, под раскидистым деревом, среди высоких кустов. Закрывать это уютное место от солнца или же от посторонних взглядов можно искусственной решетчатой кровлей — перголой — и трельяжными решетками.

Перголы делают следующим образом: жерди, рейки или легкие доски, положенные на ребро, опираются концами на более крепкие брусья или доски, а те, в свою очередь, ложатся на деревянные, каменные или бетонные столбы. Возле перголы обычно сажают вьющиеся растения, которые со временем переплетаются между жердями и дают прохладу и тень сидящим под перголой.

Рис. 69 дает представление об устройстве перголы.

Трельяжные решетки — это высокие, легкие ограждения из жердей или реек. Высота решетки может быть 2—2,5 м, а расстояние между опорными столбами в зависимости от толщины реек колеблется от 2,5 до 4 м.

Рейки сечением 3×6 см врезают друг

в друга крест-накрест, «вполдерева», так, чтобы получились прямоугольники со сторонами 30×40 см или 30×50 см. Высота ячейки решетки обычно делается меньше ее ширины. Можно делать трельяжные решетки из одних вертикальных реек, укрепив их на горизонтальных брусках через 15—20 см или же прибив наклонно, в двух направлениях — крест-накрест.

Вдоль решеток сажают вьющиеся растения: многолетние — виноград, вьющиеся розы, или однолетние — красные садовые бобы, плющ, ипомею.

На маленьких открытых участках, где молодые посадки еще не дают тени и не ограждают от соседних домов и дорог, трельяжные решетки очень красивы и удобны. Но они позволяют создать на участке не только уютные тихие места отдыха. Ими с успехом можно отгородить площадку перед домом или сад от хозяйственного двора, надворных построек, уборной и т. д. На рис. 70 показано примерное устройство на участке трельяжной решетки и ее возможные размеры.

ПЛАНИРОВКА ДОМА И ЕГО БЛАГОУСТРОЙСТВО

Хорошая планировка дома, правильно выбранные размеры комнат и их удобное взаимное расположение не только улучшают условия жизни семьи. В этом случае весь дом создает впечатление нарядности и простора даже при небольшой площади.

Желательно, чтобы в доме было меньше темных закоулков и коридоров. Входя в сени, человеку всегда приятно через дверь в комнату и окна увидеть солнечный свет и зелень участка. Умело расположенные перегородки и двери позволяют (когда это нужно) из одной комнаты видеть, что делается в других, и тогда пространство смежных комнат зрительно как бы объединяется и ощущение тесноты в жилище исчезает.

Количество комнат в доме в зависимости от состава и материальных возможностей семьи обычно колеблется от двух до пяти. Их взаимное расположение может быть самым разнообразным. Важно лишь одно: во всех случаях главная, общая комната должна быть достаточно просторной, в 18—20 м², а остальные — спальня и рабочие комнаты — маленькими, по 6—8 м² на одного человека и 9—12 м² на двоих, с таким расчетом, чтобы в них могли удобно

разместиться одна или две койки, тумбочка, шкафчик, вешалка и рабочий стол.

В сельское жилище нельзя механически переносить все приемы планировки городских домов или квартир. Развитое подсобное хозяйство, скот и птица, близость земли и главное — образ жизни людей в деревне обязательно наложат свой отпечаток на планировку дома. В первую очередь это касается размеров кухни и всех подсобных помещений в доме.

Если в городских квартирах последних лет кухни делают маленькими, по 4—6 м², то кухня в деревенском доме должна быть больше, примерно в 6—8 м².

Очень важно умело предусмотреть при строительстве своего дома очередность. Можно запланировать дом достаточно большим, но в первую очередь построить не все, а главную часть, с тем чтобы потом, со временем, закончить остальное. «Рост» дома может идти как в ширину, так и в высоту.

На рис. 71 показан такой пример, когда в первую очередь строится теплая часть дома, а при ней холодные сени, кладовая и веранда. Затем эту холодную часть достраивают и утепляют, кухню переносят в новое

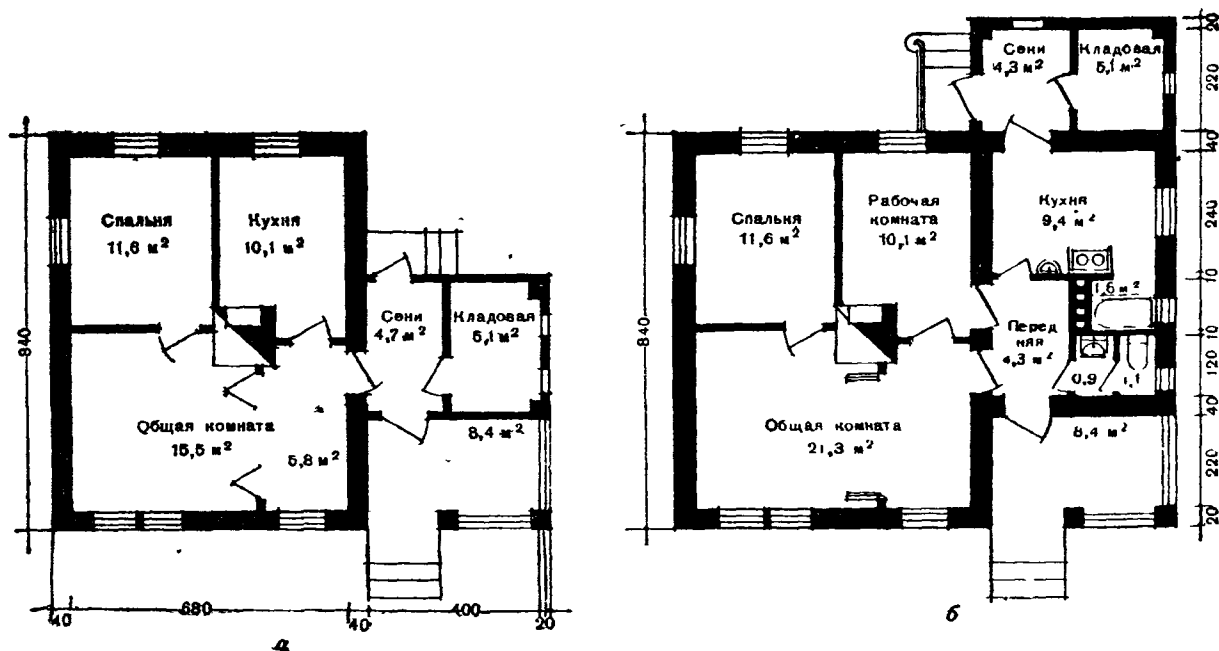


Рис. 71. «Рост» дома в ширину:
а — первая очередь, б — вторая очередь.

место (на ее месте устраивают кабинет или рабочую комнату), из сеней и кладовой делают переднюю и санитарный узел.

Подобных примеров может быть много.

При строительстве мансардного дома в первую очередь строится первый этаж, во вторую — теплая мансарда. Это будет уже «рост» дома в высоту.

Очень большое, можно сказать, главное значение для удобства жизни имеет оборудование дома. Нельзя, например, считать нормальным устройство в деревне холодной уборной — ямы во дворе. Устройство теплой уборной в сельском доме, а затем душевой кабины или ванной комнаты стало вполне своевременным.

Все это можно делать также не сразу, а постепенно. Надо только заранее предусмотреть будущее строительство и увеличить размер сеней или кладовой, где со временем будет устроен санитарный узел.

На рис. 72 дан пример устройства уборной и ванной с водогрейной колонкой на месте сеней и устройство душа и уборной на месте светлой передней. Душ имеет вход из кухни.

Одним из важных звеньев на пути к благоустройству сел является устройство в них водопровода с подачей воды в каждый дом. Вместе с тем плотность заселения деревень

обычно не велика, и рассчитывать на то, что в ближайшие годы во многих местах удастся проложить трубы общей поселковой канализации, трудно. Поэтому, получив чистую воду в дом, каждая семья должна позаботиться о постройке индивидуальных поглощающих колодцев или системы дренажных труб на своем участке для отвода использованной воды из кухни и умывальника.

Устройство местной смывной канализации от уборной довольно сложно, и поэтому во многих случаях можно рекомендовать строительство так называемого люфт-клозета в теплой части дома или в теплой пристройке.

Устройство в доме люфт-клозета и местной канализации для отвода вод от умывальника и ванны весьма рационально и проверено на практике главным образом строительством в прибалтийских республиках. При прокладке общей поселковой канализации люфт-клозет без труда может быть переделан на смывную уборную городского типа.

Касаясь благоустройства дома, надо сказать несколько слов и об его отоплении.

Стоимость устройства отопления относительно не велика и составляет примерно 6—10% от всех единовременных затрат на строительство дома. Зато эксплуатационные

расходы (главным образом покупка топлива) за период существования дома могут в несколько раз превысить его цену. Поэтому очень важно учитывать стоимость и наличие того или иного топлива в данной местности и в зависимости от этого выбрать систему отопления.

Если в вашем распоряжении имеются только дрова и торф, целесообразнее делать в доме печи.

Величина печи, ее вес и количество ходов, а следовательно, и теплотворная способность тесно связаны с размерами комнат в доме, качеством его стен, величиной и количеством окон и дверей. Для правильного выбора и кладки печи существуют специальные расчеты, таблицы и чертежи, или же их строят, доверяясь опыту мастеров.

В сельской местности широко распространены русские печи.

Если хозяйка привыкла к такой печи, можно подумать об улучшении ее конструкции, сложив в комбинации с отопительным щитком, имеющим несколько колен (ходов), и свой подтопок, а также кухонную плиту и духовку в шестке. Это сделает печь более теплотворной, а на приготовление пищи будет расходоваться меньше дров.

В безлесных районах, особенно там, где имеется каменный уголь, антрацит или брикеты, выгоднее устроить водяное, центральное отопление. Такое отопление обеспечивает в доме постоянную, ровную температуру, удобно в обращении и сохраняет чистоту.

Стоимость центрального отопления в маленьком доме примерно в два раза дороже,

чем печного, но эти затраты быстро окупаются, так как уголь намного дешевле дров.

Источник тепла — маленький чугунный котел — устанавливают в подвале или на кухне. Иногда его заменяют комбинированным самодельным котлом-плитой. У него большое преимущество перед обычным котлом — он нагревается при варке пищи, не требуя в это время специального подогрева. Такая комбинированная плита с котлом хороша тем, что занимает на кухне мало места. Устраивается комбинированный котел-плита следующим образом.

В топливник плиты вертикально помещают секцию чугунных радиаторов или же специальный змеевик из труб. Змеевик монтируют с таким расчетом, чтобы его большая часть омывалась пламенем плиты. При растопке плиты нагреватель должен быть наполнен водой. Отдельные топки у плиты и котла позволяют использовать тепло плиты для отопления в зимнее время, а летом полностью выключать котел.

В качестве нагревательных приборов при центральном отоплении применяют чугунные радиаторы. Их чаще всего устанавливают у наружных стен, под окнами.

Все системы центрального отопления в маленьких домах обычно рассчитаны на естественную циркуляцию, за счет разницы веса горячей и остывшей воды. Но чтобы облегчить циркуляцию, трубопровод приходится делать диаметром 50 мм.

Для уменьшения потерь тепла трубопроводы, разводящие горячую воду, ведут не по чердаку, а под потолком теплых помещений. Обратные трубопроводы проклады-

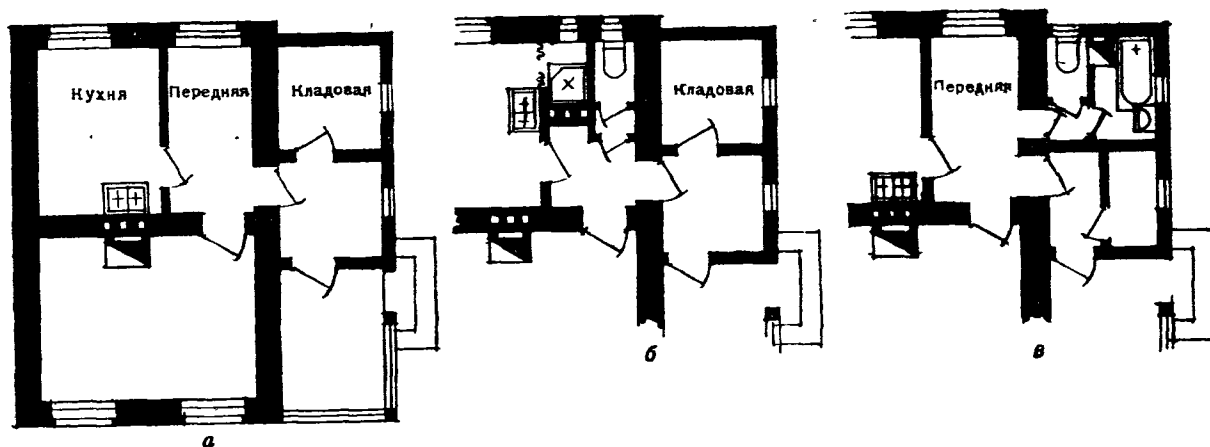


Рис 72. Благоустройство дома:

а — первая очередь; б — устройство санитарного узла на месте передней (вторая очередь); в — устройство санитарного узла на месте кладовой (вторая очередь).

вают у пола и только перед дверями опускают под пол. Необходимо, чтобы воздух из системы свободно удалялся. Для этого должен быть предусмотрен уклон 3—5 мм на 1 пог. м трубопровода.

Хотелось бы немного рассказать о внутреннем убранстве и меблировке сельского дома. Понятия красоты, удобства и уюта внутри помещения, конечно, не отличаются от таковых в городских условиях. Отметим все же еще раз, что свобода, чистота и обилие света в комнатах — главное условие их красоты и привлекательности.

Чтобы в небольших по размерам комнатах сохранилось впечатление простора, при постройке дома или при переделке старого смелее применяйте так называемую встроенную мебель — шкафы, гардеробы, столы с подъемными крышками, антресоли под потолком и многочисленные полки и ящики, спрятанные в пространстве между двумя перегородками, поставленными на расстоянии друг от друга.

Вам уже известен прием перегородаживания комнаты на две половинки высоким шкафом. Но можно и целую стену превратить в шкафы.

Потеря места в доме от таких расставленных друг от друга на 50 см перегородок не велика, а вещей на полки и в ящики, устроенные там, можно положить очень много. Под самым потолком, на 50 см от него, удобно делать антресоли с широкими дверцами, ниже — шкафы, а у самого пола — один над другим два ряда ящиков для обуви и мелких вещей.

Удобно, когда дверцы шкафов открываются в разные стороны, в обе комнаты. Например, в спальню открывается дверца бельевого шкафа с полками и ящиками и гардероба с вешалками, со стороны другой комнаты располагают полки для книг, посуды.

Такая перегородка между комнатами в зависимости от планировки может быть либо сплошная, либо с дверью или с широким проемом, закрытым занавеской. Тогда шкафы могут открываться внутрь прохода, это позволит поставить обычную мебель вплотную к перегородке.

Описанный прием, конечно, не единственный: стойки для перегородок можно поставить шире, с таким расчетом, чтобы антресоль наверху получалась шириной

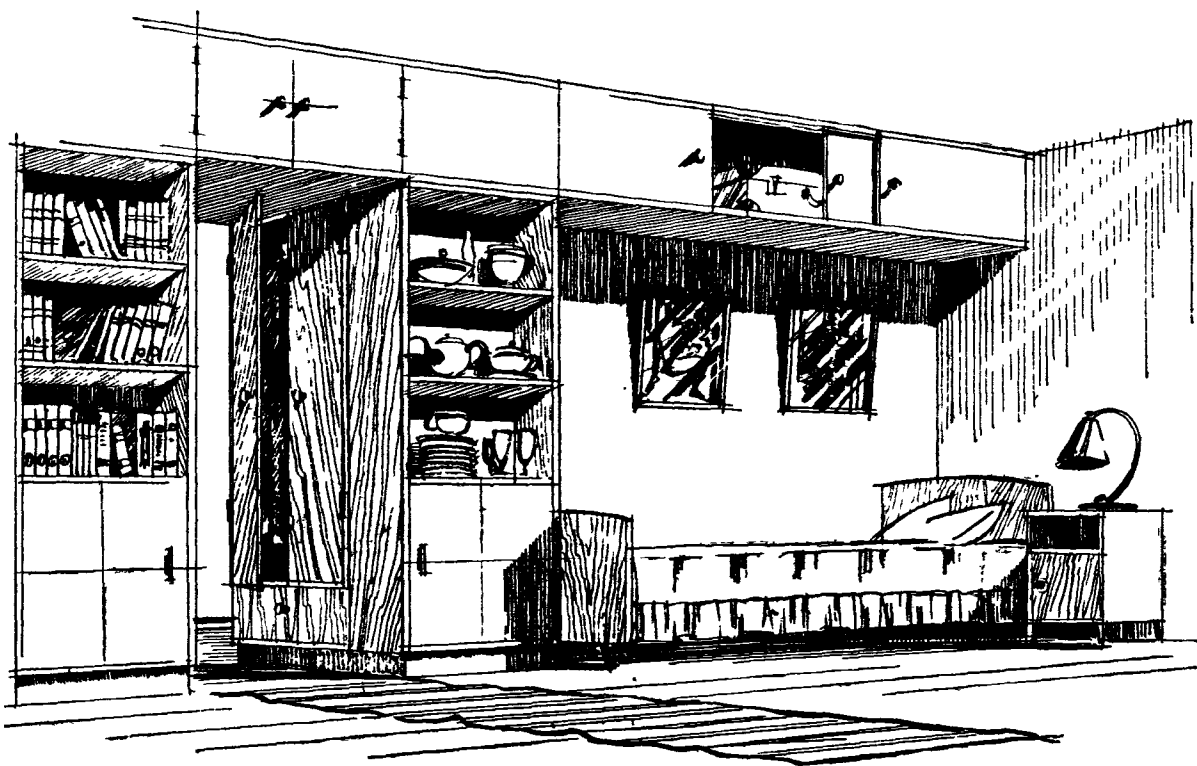


Рис. 73. Комбинированная перегородка в доме.

1—1,2 м, но тогда в одной из частей перегородки устанавливают только одну стенку и в получившуюся нишу вдвигают кровать или диван. Другую часть двойной перегородки превращают в буфет или плоский книжный шкаф с дверцами, обращенными в комнату, и гардероб, открывающийся в проход из комнаты в комнату. Рис. 73 показывает устройство такой комбинированной перегородки.

Когда в комнате устроена объемная перегородка, потребность в мебели намного сокращается. В общей комнате можно будет поставить только стол и стулья, диван или тахту (вместо кровати), кресло и столик для радио или телевизора. Эта мебель займет немного места, и в помещении будет просторно. В маленьких спальнях или рабочих комнатах понадобятся только койки, тумбочки, столы и стулья.

УСТРОЙСТВО ОТДЕЛЬНЫХ ЧАСТЕЙ ДОМА

Внешний вид дома зависит от общих размеров и пропорций всего здания и его частей.

Например, среди зелени участка и других построек всегда красиво выглядит дом на высоком цоколе.

Высота цоколя определяется уровнем грунтовых вод на участке и обычно колеблется от 40 до 90 см. Цоколь высотой 80—90 см требует много материала, зато дом на таком цоколе суше, а главное — для того чтобы устроить со временем подполье под домом, придется заглубляться не более чем на 90—100 см. Эту работу можно сделать также после окончания всего строительства, во вторую или третью очередь.

В цоколе надо оставить вентиляционные окна размером примерно 20×30 см, заделав их постоянными решетками и кусками стекла на зиму. Такие окна послужат для хорошей вентиляции и освещения будущего подвала.

Во многом вид дома зависит от его крыши. Уклон ее выбирают в зависимости от климата и характера кровельного материала. На севере, где выпадает много снега, крыша должна быть круче, на юге — может быть положе. Если дом строится с мансардой, а это дает экономию в строительстве до 20%, то при ширине дома 6,5—7 м надо давать уклон крыше 45—50°. Тогда в подкрышном пространстве разместятся достаточно удобные комнаты со скошенным потолком. Их высота может быть меньше, чем главных, например 2,3—2,4 м. Не бойтесь такого потолка и не старайтесь сделать его обязательно плоским, сближая стены комнаты. Всегда выгоднее иметь большую площадь пола, пусть частично расположенную под скосами кровли. Если вертикальные участки стен имеют высоту 1 м, то

возле них можно разместить постели, тумбочки или низкие комоды.

Стремясь обязательно сделать мансардные комнаты с плоским потолком, часто делают крышу с переломом. Такая крыша сложнее в строительстве: у нее составные стропила с врубками, а нагрузка от кровли и снега через вертикальные стойки передается на потолочные балки, которые приходится делать из толстых бревен во всю ширину. Иногда же бывает выгоднее сделать легкое щитовое перекрытие с упором его в центре дома на перегородку. При остроконечной, «прямой» крыше вся ее нагрузка передается стропилами на наружные стены.

Прямая, остроконечная крыша гораздо привлекательнее, при ней весь дом кажется как бы легче и стройнее. Свесы крыши над стенами дома надо делать достаточно большими, не меньше 50—60 см. Это предохранит стены от дождя и придаст дому нарядность.

Многим нравятся тяжелые подшивные многоступенчатые полки-карнизы. Но все же можно посоветовать делать карниз дома возможно легче, и если зашивать его, так с одной полкой или же оставлять «открытым», выпуская для поддержки концы стропильных ног — «кобылки». Это придаст дому нарядный вид. На рис. 74 показаны два таких карниза — легкий подшивной и открытый, с кобылками.

Когда у дома хорошие пропорции и детали, украшения на нем играют гораздо меньшую роль, и их можно делать скромнее, проще.

В сельской местности выгодно иметь теплую, зимнюю мансарду для того, чтобы жить там круглый год, потому что в деревне потребность в летних помещениях меньше, чем в городе. Лестницу на мансарду

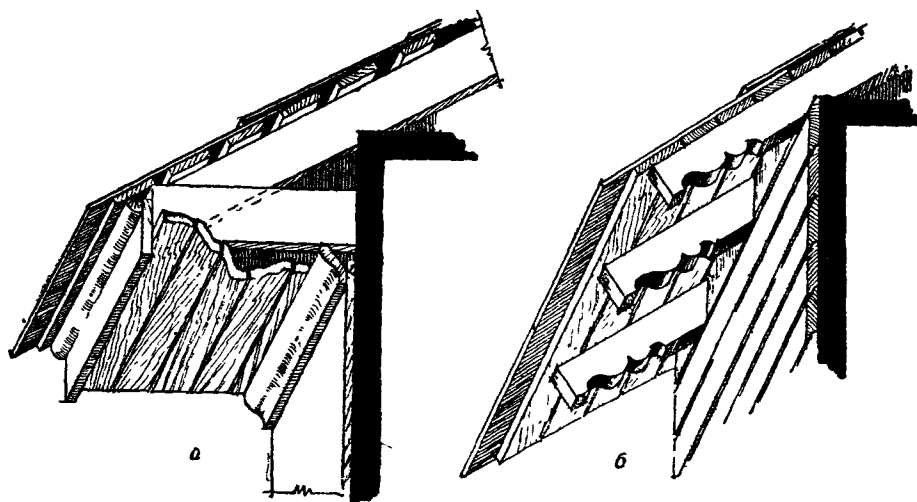


Рис. 74 Простые карнизы:
а — подшивной; б — открытый, с кобылками.

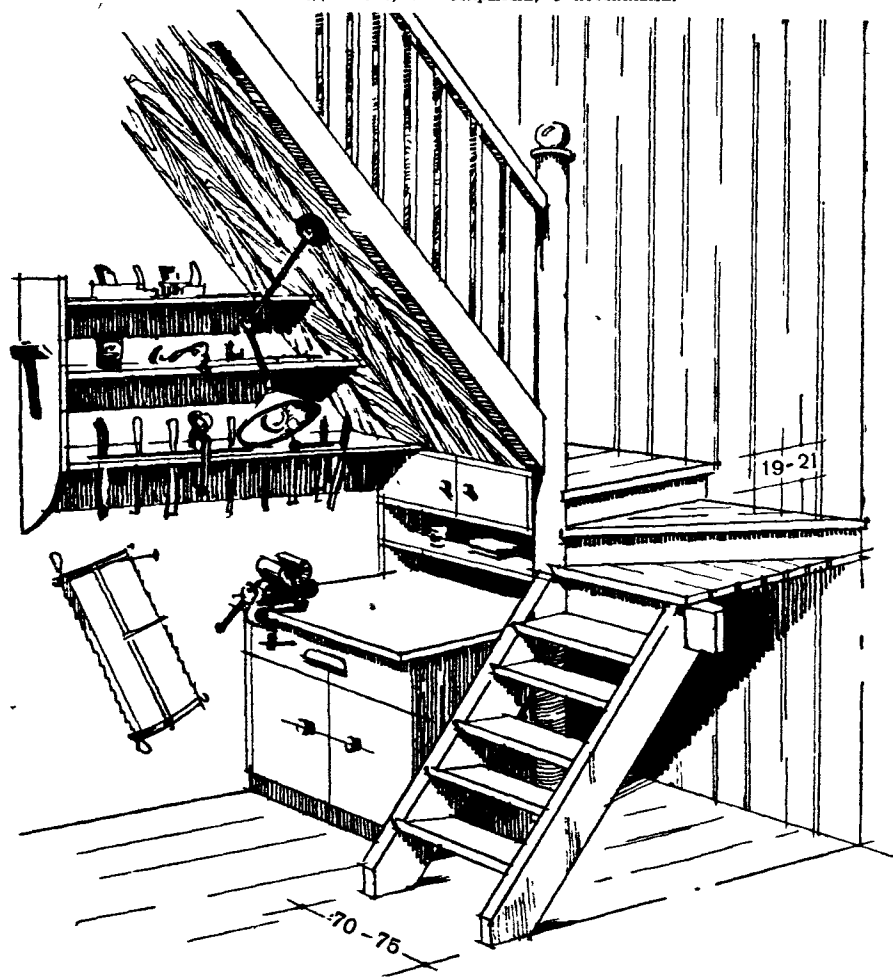


Рис. 75. Лестница на мансарду.

В этом случае строят внутри дома, а чтобы она занимала мало места, ее делают довольно крутой и узкой (шириной 70 см, со ступеньками размером 19×21 см или даже 21×21 см). Иногда лестницу делают с «забежными», то есть косыми, ступенями, располагая их под углом друг к другу. Под лестницей может быть устроен умывальник, кладовая, место для инструментов и т. д. Рис. 75 дает пример такой лестницы.

Сейчас далеко не во всех сельских домах делается остекленная веранда. А ведь она относительно дешева в постройке и очень удобна для еды, отдыха и сна на протяжении семи-восьми месяцев в году. Но чтобы веранда была не только складским помещением для овощей, а действительно жилой площадью, она должна быть достаточно просторной. Меньше 3 м в ширину и 4 м в длину веранду строить нецелесообразно. В ней не разместятся тогда стол, стулья и диван или койка для отдыха. Гораздо лучше и удобнее веранда размером 4×5 м или 4×6 м.

Вход на веранду с улицы лучше делать ближе к двери в дом, чтобы больше оставалось места для расстановки мебели.

На большой веранде дверь может быть на середине длинной стены, тогда по обе стороны от прохода останутся места для мебели; на малой веранде (размером 3×4 м) вход лучше располагать в торце.

В плане дома веранда может быть объединена с сенями и входом или же служить отдельным выходом из главной комнаты в сад. Так чаще делают в домах городского типа.

При устройстве веранды, которую, возможно, придется пристраивать к уже существующему дому, надо всегда помнить о том, что вся ее прелесть в «близости» к природе — к саду или цветнику. Веранда как бы промежуточное помещение между комнатами и садом, и ее остекление желательно делать большим по площади, с крупными стеклами и простыми тонкими переплетами.

Традиционное устройство на веранде чистых, очень сложных переплетов в крест или ромбик неоправданно: красоты дому это не прибавляет, трудно в изготовлении, большие стекла приходится резать на мелкие куски, а главное — через густую сетку переплетов плохо видно сад и меньше проходит солнечного света. На рис. 76 показана такая «традиционная» веранда и новая, более простая и удобная.

Веранду лучше всего строить так. На легкий столбчатый фундамент положить нижнюю обвязку из бруса или кантованного тонкого бревна размером примерно 12×12 см, поставить угловые стойки и укрепить на них верхнюю обвязку, стропила и кровлю. Подоконную доску на верандах часто устанавливают на высоте 45—60 см от пола, то есть ниже, чем подоконники в комнатах. Это пространство зашивают темсом «в шпунт» или «в елку».

Между подоконной доской и верхней обвязкой устанавливают рамы окон веранды.

В зависимости от величины веранды количество элементов рам может быть различным, но во всех случаях между двумя открывающимися створками целесообразно поставить одну глухую, то есть неоткрывающуюся, раму, а на ее вертикальные стойки навешивать соединение и открывающиеся створки.

При таком опособе вертикальные стойки у всех рам будут одинаковой и не очень большой толщины, что придаст веранде аккуратный и привлекательный вид.

Рамы можно делать высотой 170—180 см при ширине 50—55 см. Горизонтальные горбыльки толщиной 2,5 см устраивают в зависимости от высоты рамы через 40—45 см.

Чтобы крыша веранды подошла под свес кровли дома, пол веранды выгодно опустить на 30 см (на две ступеньки) ниже уровня пола в доме. Бояться этой разницы в уровнях пола не надо: живущие в доме скоро привыкнут к ступенькам и не будут оступаться, а веранда получится дешевле и лучше.

Уют в помещении, а также внешний вид дома в большой степени зависят от размера и формы окон.

Место окон (а также и дверей) в плане отнюдь не произвольно. От того, где в стенах устроены окна и двери, зависит удобство расстановки мебели, главным образом кроватей, диванов и других крупных вещей. Иногда окна и двери располагают в стенах и перегородках так неудачно, что даже в большом доме негде поставить мебель. Поэтому архитекторы часто советуют новоселам вырезать из бумаги свою мебель в масштабе плана дома и «расставлять» ее на плане по «комнатам». Это поможет точнее наметить места для окон и дверей.

Очень важно заранее подумать о том, где будут стоять кровать и диван. Для размещения этой мебели надо иметь большие

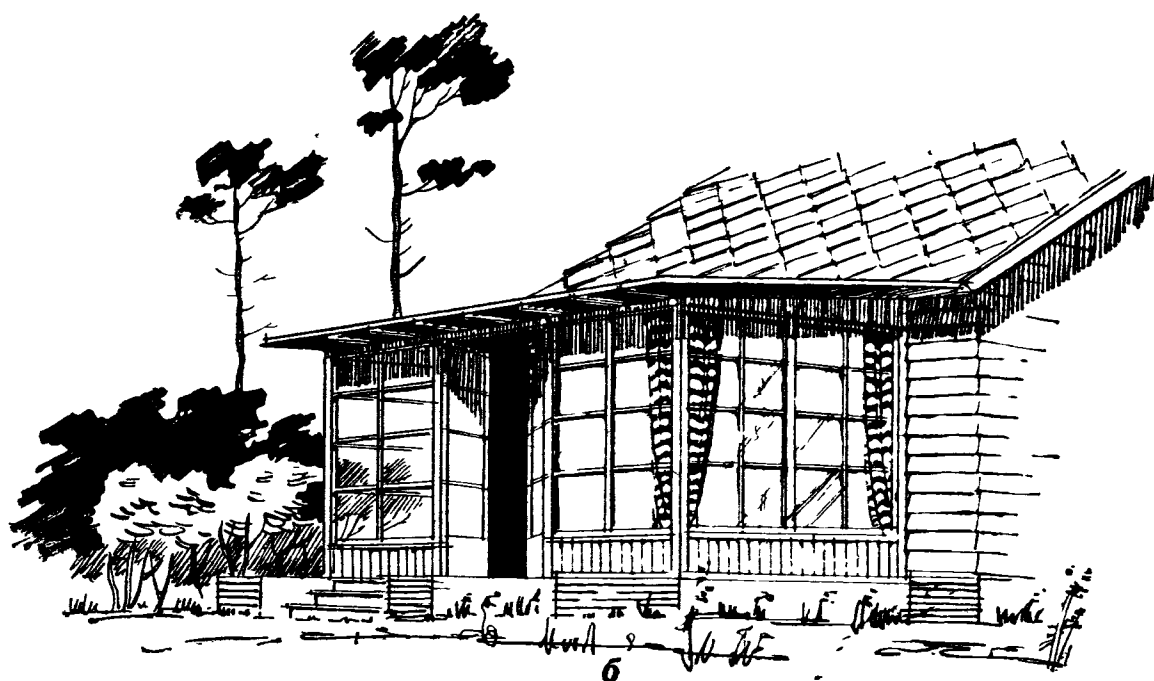
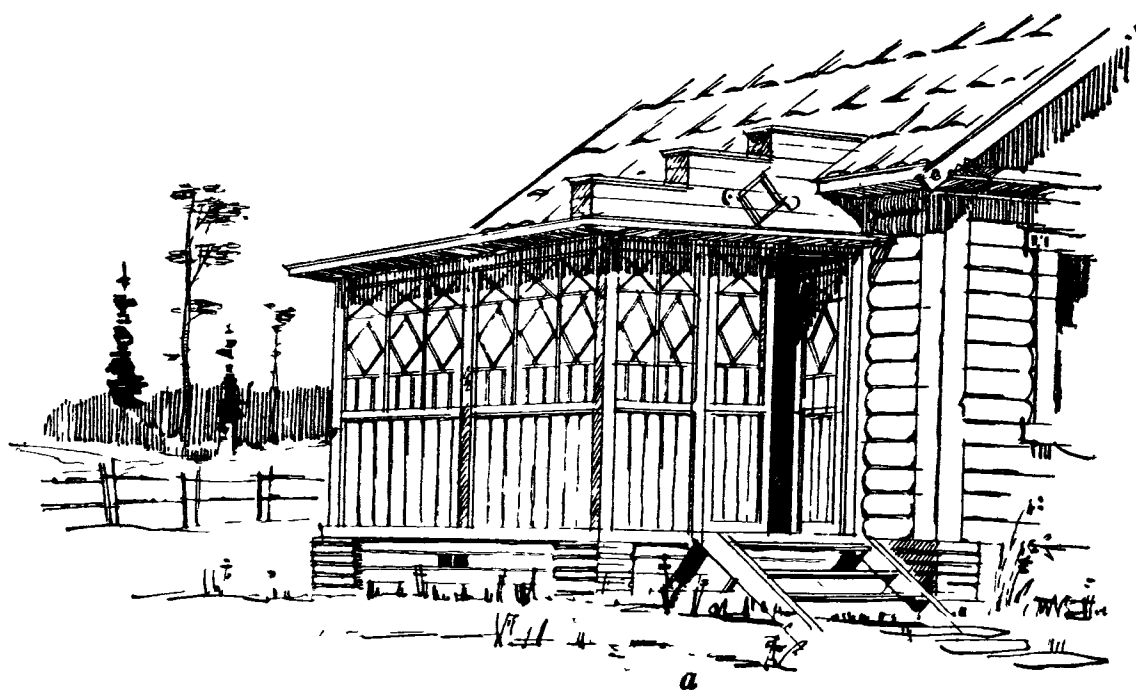


Рис. 76 Веранда:
а — традиционная, б — новой конструкции.

участки стен (и особенно внутренних перегородок). Иначе может случиться так, что половина кровати окажется перед окном и спинка будет мешать открыванию рам или же диван вылезет за наличник двери и загородит проход.

Наиболее удобная величина дверей давно определилась опытом. Наружные двери делают шириной 90 см, двери между комнатами — 80 см, в кухню — 70 см и в уборную — 60 см. Высота 210 см или ровно в 2 м. Двустворчатые остекленные двери из главной комнаты на веранду желательно делать шире, так как они как бы соединяют через веранду дом с садом. Их обычно делают шириной 130 см, а высотой — вровень с верхом окон.

Окна должны пропускать много света, поэтому лучше, когда они достаточно широкие.

При высоте комнат 2,5—2,6 м хороши

будут окна шириной 130 см и высотой 140—150 см. В главной комнате вместо двух обычных окон можно сделать одно широкое, «лежачее» окно размером 200×140 см или даже 260×140 см. В комнате будет светло, а фасад дома получится красивее, чем при трех одинаковых маленьких окошках. Внутри дома за такими окошками бывает сумрачно и неудобно, а снаружи дом имеет подслеповатый вид. Это впечатление не рассеют никакие резные наличники и расписные ставни.

Многое зависит от вида переплетов у окон. Лучше, когда они открываются на всю высоту, без верхних глухих фрамуг. Это не только красивее, но главное — дает больше света и воздуха, проще в изготовлении.

Вместе с широкими окнами, верандой, пропорциональной крышей и другими частями дома крыльцо-сени украшает собой

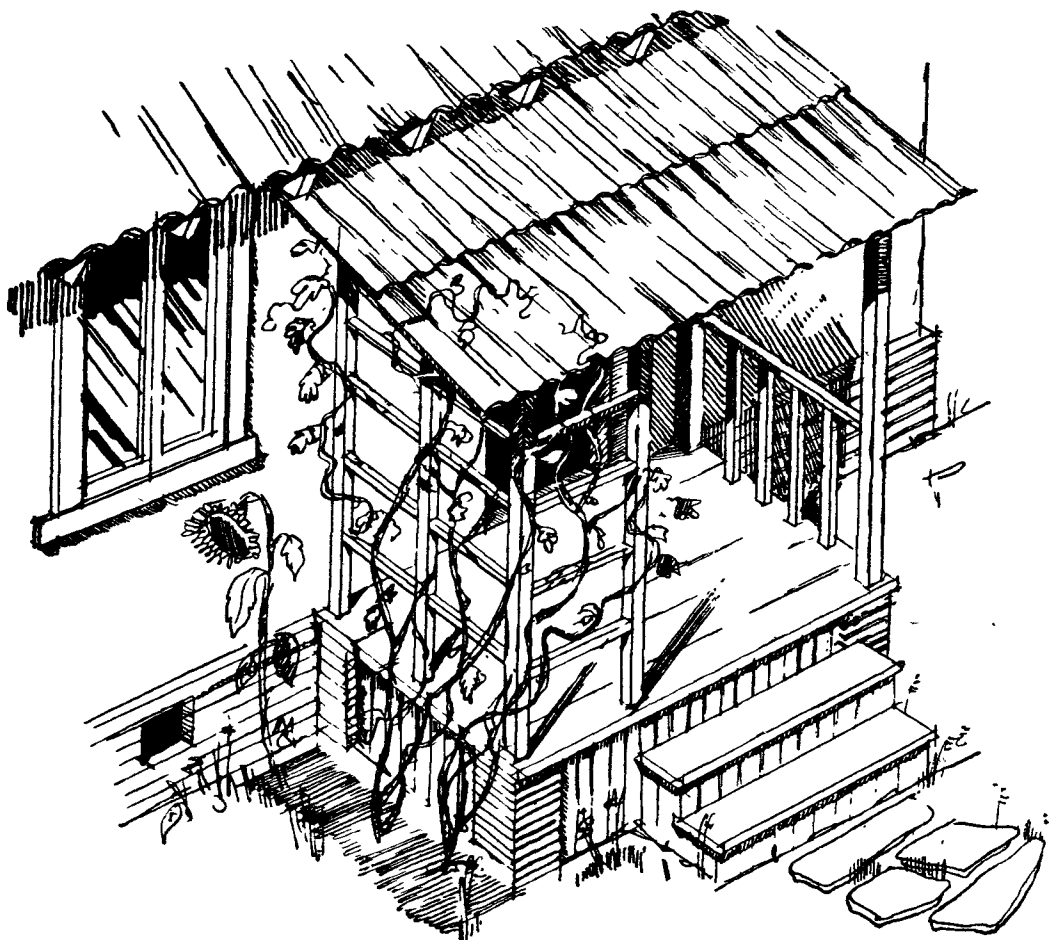


Рис. 77. Крыльцо.

постройку и придает ей индивидуальные черты. Оно не только защищает от непогоды человека, входящего в дом, но и является дополнительной удобной площадью перед дверью.

Крыльцу всегда придавали большое значение и старались его делать особенно красивым. Но, как и все части дома, оно должно быть простым по форме и деталям, просторным и удобным. На нем можно поставить скамейку для отдыха, решетку для вьющейся зелени, столбы, подпирающие навес, наконец ступени и перила — все это придаст дому еще более жилой, уютный облик.

На рис. 77 показан один из многих примеров простого и удобного крыльца.

Многое из того, о чем говорилось выше, давно нашло свое отражение в различных

типовых проектах жилых домов для сельских мест. Если такие проекты в какой-либо местности нельзя использовать полностью, надо внимательно изучить их, стараясь взять из них все самое лучшее. В ближайшем будущем, когда местные строительные организации наладят выпуск отдельных частей домов, например столярных изделий, балок или щитов перекрытий, строительство индивидуального жилья по типовым проектам станет очень быстрым и удобным.

Ведь только при массовом строительстве по хорошим экономичным типовым проектам можно в короткий срок создать большое количество удобного, дешевого и красивого жилья, которое вместе с постройками общественного фонда украсит старые и новые сельские поселки.

ВНЕШНЯЯ ОТДЕЛКА ДОМА

Общее впечатление от дома может заметно улучшиться, если умело подбирать и хорошо обрабатывать те материалы, из которых он построен.

В сельской местности особенно широко используются при строительстве местные материалы. На севере — это дерево, на юге — саман, кирпич и глина, естественный камень и черепица. Эти материалы красивы своей естественной красотой, и дом, сделанный из натуральных, естественных местных материалов, всегда выглядит добротным и привлекательным.

Некоторые материалы особенно хорошо выглядят в сочетании друг с другом, иные же вместе не так красивы. Это объясняется законами контраста фактуры (поверхности) и цвета материалов. Например, всегда хорошо сочетаются шершавый естественный «дикий» камень и гладкие кирпичные, дере-

вянные или оштукатуренные поверхности. Поэтому стенку или цоколь, выложенные из такого камня, лучше оставить в своем естественном виде, без штукатурки и окраски.

Светлые оштукатуренные или обмазанные глиной и побеленные стены отлично выглядят рядом с красной черепичной крышей, а дом из темного кирпича будет красивее под крышей из черепицы светлого, сливочного цвета. Это относится и к покраске деталей дома, его карнизов, ставен, ветровых досок и т. п. Если стены светлые, части дома могут быть покрашены в темный цвет. При темных стенах (кирпич, просмоленные бревна) детали лучше красить белилами или в светлые, яркие тона.

Нужно только избегать излишне пестрой, дробной покраски частей дома в разные цвета. Это может испортить весь вид постройки.

О НАДВОРНЫХ ХОЗЯЙСТВЕННЫХ ПОСТРОЙКАХ

Дать конкретные указания о том, какие именно хозяйственные постройки необходимы домовладельцу, трудно, так как это зависит от рода его занятий и личных склонностей. Важно, чтобы все хозяйственные постройки располагались за домом, в одном месте, чтобы к ним был свободный подъезд, желательно, чтобы они удобно сообщались с кухней.

По традиции во многих местах нашей страны, в частности в северных областях, надворные постройки располагают очень близко к дому или под одной с ним крышей.

Хозяевам необходимо иметь в виду, что такое расположение во дворе хозяйственных построек менее гигиенично и опаснее в пожарном отношении. Поэтому, если

климат позволяет, при капитальном ремонте или установке новых надворных построек для скота (коров, коз, свиней и т. д.) их лучше относить от дома на расстояние не менее 10—15 м. При занятии только садово-огородным хозяйством такие постройки

ки рекомендуется выносить к задней линии участка.

Для хранения топливных материалов и мелкого хозяйственного инвентаря хорошо иметь отдельный сарайчик или защищенный зимой от снега навес.

КАК СОДЕРЖАТЬ ДОМ В ПОРЯДКЕ

Необходимо постоянно помнить, что долговечность и красивый вид дома зависят от правильного ухода за ним и своевременного ремонта. Халатное отношение к своему жилищу может привести в будущем к значительным материальным издержкам.

Заблаговременно окрашенная железная крыша, например, избавляет по крайней мере на три-четыре года от необходимости при каждом дожде заделывать проржавевшие места.

Кроме того, нужно отметить, что при ремонте дома не следует экономить на приобретении хороших материалов, так как эти затраты со временем окупаются. Если ту же железную крышу хорошо окрасить краской на натуральной олифе и правильно за ней ухаживать, она может прослужить двадцать и более лет, тогда как при плохой и небрежной окраске срок ее службы намного сократится.

Побелка и окраска оштукатуренных стен известковыми красками служат одним из основных видов отделки помещения в условиях сельской местности.

Для побелки применяется водный раствор извести. Прибавляя к этому раствору стойкие к щелочам пигменты (красящие вещества), получают известковую краску.

Для приготовления раствора берут хорошо обожженную известь и гасят ее добавлением воды. Через несколько дней полученный известковый раствор процеживают. Стойкость известковых покрытий значительно возрастает, если в раствор добавить поваренной соли. Поэтому в ведре или другой посуде, куда намечено наливать раствор, предварительно растворяют поваренную соль (100—200 г на ведро воды).

При очередной побелке потолков, стен, отопительных печей, покрытых пылью, сажей, дымом, их предварительно следует промыть крепким раствором стиральной соды в воде, иначе темные пятна будут видны.

После этого высохшую поверхность хорошо покрыть тонким слоем гашеной извести в смеси с разбавленными в горячей воде квасцами (на 1 л воды 30—50 г квасцов). Когда слой высохнет, можно приступить к побелке. Побелка получится прочной только в том случае, если оштукатуриваемую поверхность увлажнять — смачивать водой (кистью или губкой).

Если давно побеленные поверхности стали шероховатыми и есть признаки того, что они могут потрескаться, их нужно протереть раствором, содержащим 30 г квасцов на 1 л воды.

Лишняя известь при этом удаляется, а поверхность становится белой.

Для ремонта растрескавшегося оштукатуренного потолка можно воспользоваться смесью известкового молока (раствор извести в воде) с клеевой водой или раствором алебастра в воде.

Штукатурка на внешних стенах дома должна быть отремонтирована при появлении первых дефектов, так как даже небольшие трещины в дальнейшем приносят большой вред и вызывают необходимость в более крупном ремонте. Через трещины под штукатурку попадает вода, дрань начинает гнить, а металлические части ржаветь. Трещины могут появиться вследствие недостаточной прочности оснований, неравномерной их усадки при высыхании, усадки самого штукатурного раствора и т. д.

Ослабевшую и отставшую штукатурку удаляют, поврежденную дрань либо обрезают, либо обламывают, причем концы здоровой дроби закрепляют гвоздями.

Ремонт внешней штукатурки производится таким же раствором, каким производилось первоначальное оштукатуривание стен.

Для предохранения от атмосферных воздействий, утепления и улучшения внешнего вида стены сруба иногда обшивают строганым тесом или короткой «тарной» досоч-

кой». Обшивку прикрепляют горизонтально или «в елку» на прибиваемые вертикально бруски.

Хорошей внешней отделкой деревянного дома и надворных построек может быть окраска их различными атмосферостойкими красками. Краска не только придает поверхности красивый внешний вид, но и образует прочную пленку, которая защищает дерево от гниения, а металл от ржавления. Неокрашенные стены деревянного дома быстро впитывают атмосферную влагу, гниют и разрушаются. Неокрашенные железные крыши домов ржавеют, в результате чего срок их службы резко сокращается.

Окраска внешних частей жилища не представляет трудностей для домовладельца, если он будет придерживаться нескольких простых правил.

Прежде всего окрашивать внешние части дома нужно в сухую и нежаркую погоду. Практически такое время можно выбрать, начиная с апреля и кончая ноябрем. Лучшим временем года для этой цели нужно считать весенние месяцы. Многие домохозяева предпочитают позднюю осень. Не допускается окраска в сырую погоду и после дождя. Обычно окраску дома можно производить после того, как сухая погода удерживалась в течение недели.

Прежде чем приступать к окраске любой поверхности, ее необходимо подготовить. Старую краску, которая отстает и шелушится, удаляют, ослабевшую и растрескавшуюся замазку в оконных переплетах заменяют новой, поверхности с неровностями и углублениями сравнивают и зашпаклевывают.

Окраска по старой краске, которая шелушится, непрактична, так как высохший слой

новой краски также будет отставать и трескаться. Для удаления старой отслаивающейся краски служит скребок или прочный шпатель — специальная лопаточка для шпаклевки (рис. 78). Особенно внимательным нужно быть при удалении скоплений краски, образовавшихся во время предыдущего крашения на переплетах окон, наличниках и т. д. Неровные поверхности должны быть сглажены шкуркой. В некоторых местах можно обнаружить слишком толстый слой старой краски, затвердевший в продольных трещинах, так что обычным способом ее трудно сгладить. В этом случае для размягчения старой краски пользуются паяльной лампой (рис. 78), при этом нужно следить, чтобы дерево не обгорало, а под руками всегда нужно иметь воду или сырую тряпку. Краску нагревают до тех пор, пока она начнет пузыриться, после этого ее можно счищать вплоть до дерева.

Отверстия от выпавших сучков прочно заделывают деревянными пробками на клею, а щели зашпаклевывают. Когда предназначенная для окраски поверхность подготовлена, пыль и старую соскобленную краску смахивают старой кистью или щеткой. Окрашиваемая поверхность должна быть чистой, иначе окраска будет недолговечной.

В случае если деревянные стены красят впервые, их предварительно нужно огрунтовать для закупорки пор дерева и лучшего сцепления наносимых впоследствии слоев краски. Под масляную окраску применяют обычно масляную грунтовку, состоящую из олифы (1 часть) и густотертой масляной краски (1—0,5 части). Грунтовочный слой должен сохнуть не меньше двух суток.

Окраску рекомендуют делать два раза, но если ранее окрашенная поверхность находится в хорошем состоянии, одного слоя краски вполне достаточно.

Не следует одним толстым слоем краски заменять два. В этом случае окончательно высохшая поверхность получится морщинистой, так как нижний слой краски высыхает позже, что и вызывает коробление поверхности. Если наносят два слоя краски, первый слой должен сохнуть три-четыре дня.

Окраску дома начинают со стен, причем с самой верхней части северной стороны дома. Красить нужно по всей длине стены или в крайнем случае до наличника первого окна. Не рекомендуется наносить узкую полосу сверху донизу, иначе могут

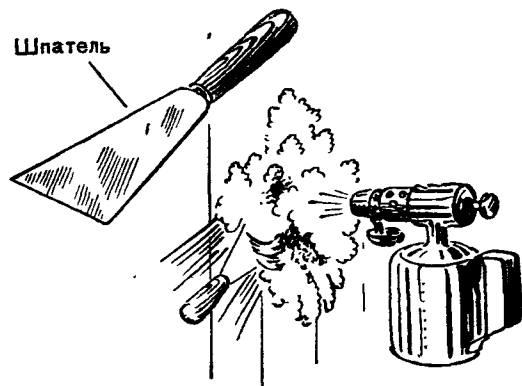


Рис. 78. Удаление старой краски шпателем и паяльной лампой.

образоваться потеки. Для получения более гладкой поверхности краску наносят отдельными мазками, которые затем соединяют одним длинным мазком и растушевывают зигзагообразным движением (рис. 79, а). Банка с краской для удобства может быть укреплена на лестнице с помощью простого крючка из толстой проволоки (рис. 79, б).

Прежде чем подниматься по лестнице, необходимо убедиться в прочности ее установки на земле. Если необходимо ставить лестницу на асфальтовую или другую гладкую поверхность, к нижней стороне стоек лестницы нужно прибить резиновые подкладки.

Если сруб деревянного дома был обшит досками горизонтально или «в елку», сначала окрашивают места соединения досок, а затем сами доски, причем сразу две-три доски поперек. Для окраски лучше всего применять крупную кисть (ручник), обвязывая ее волосы для упругости шпагатом.

Оконные рамы лучше красить в белый цвет. Для нанесения краски на поверхность кисть до половины волоса опускают в краску. Далее концом ее касаются оконного переплета на некотором расстоянии от стекла, руку с кистью слегка поворачивают до образования в нижней части кисти острого конца. Поддерживая волос кисти в таком положении, ее равномерно продвигают вдоль переплета.

При окраске филенчатой двери, чтобы избежать потеков, сначала красят филенки, затем обвязки и в заключение — средники.

Когда работы по окраске закончены, кисти нужно обязательно вымыть в двух растворах скипидара. Для сохранения формы кисти и предохранения от пыли и грязи ее заворачивают в плотную бумагу и завязывают веревочкой, как показано на рис. 80. Оставшуюся краску выливают в посуду, откуда ее брали, на поверхность наливают тонкий слой скипидара или воды — это предотвращает образование твердой пленки на поверхности.

Густотертую масляную краску перед работой разбавляют олифой до сметанообразной консистенции. На 1 кг краски требуется 0,5—0,6 кг олифы. Густоту готовой к употреблению краски считают нормальной, если краска стекает с мешалки тонкой непрерывной струей, а во время перемешивания булькает.

Ввиду того что окраска масляными красками обходится довольно дорого, рекомен-

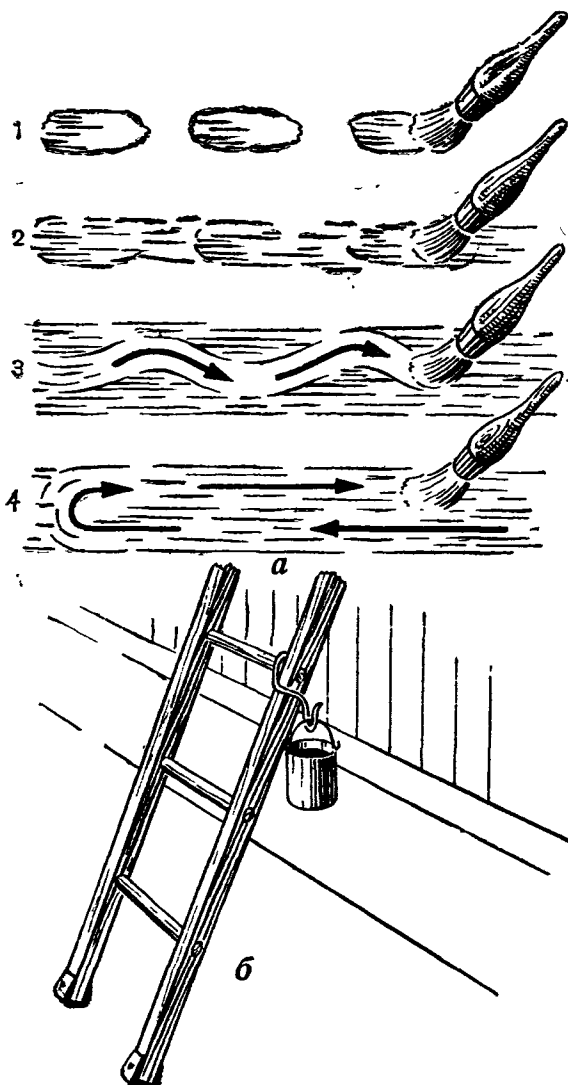


Рис. 79. Нанесение краски на поверхность (а) и крепление банки с краской на лестнице (б).

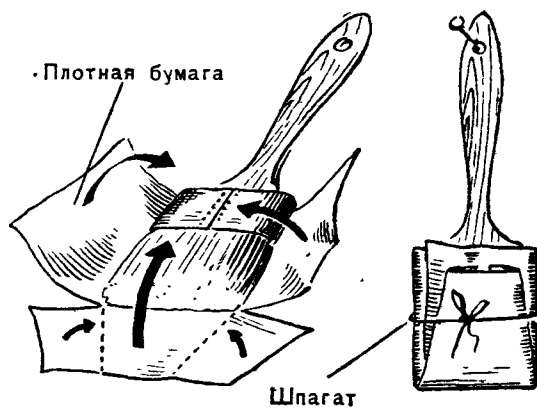


Рис. 80. Завертывание кисти после ее использования.

дуются более дешевый состав краски. На 100 л воды берут: медного купороса — 7 кг, алюминиевых квасцов — 7 кг, муки ржаной — 7 кг, соды каустической — 0,25 кг или мыла 0,5 кг, красителей (мумия, золотистая охра или другие земляные краски) — 15 кг и олифы — 8 кг. Одного литра такого состава хватает на окраску 3—4 м² поверхности стен.

Несмотря на то, что не существует точного метода определения необходимого количества красочных материалов для окраски дома, приблизительный расход краски можно определить, если найти длину стен вокруг дома, помножить это число на среднюю высоту в метрах и результат разделить на 7. Полученное число будет соответствовать ориентировочному количеству литров, необходимых для двух покрытий.

Сохранность дома и необходимость в его ремонте в значительной степени зависят от состояния крыши.

Следовательно, нужно знать, чем руководствоваться при выборе материалов для своей крыши, и уметь производить ее простейший ремонт. Коротко расскажем о наиболее распространенных кровельных материалах и способах настилки крыши, так как

без знания этого иногда трудно произвести даже небольшой ремонт кровли.

Распространенным кровельным материалом являются асбестоцементные, или, как их зовут, асбофанерные, плоские плитки и волнистые листы. В обиходе асбофанеру часто неправильно называют «шифером», хотя шифер — это плитки из естественного сланца. По сравнению с другими кровельными материалами асбофанера огнестойка и требует небольших затрат на установку и текущий ремонт. К недостаткам ее следует отнести сравнительно небольшую прочность. От длительных дождей асбофанера может отсыреть, а дерево обрешетки в местах соприкосновения с ней может начать гнить, особенно это касается плоских плиток (этернита), имеющих большую площадь соприкосновения с обрешеткой. Плитки этернита под влиянием высокой температуры иногда коробятся, поэтому их не рекомендуется применять в районах с жарким климатом.

Волнистая асбофанера укладывается обычно по брусчатой или дощатой обрешетке (рис. 81). Сначала укладывают нижний ряд, под карнизом, затем следующий, до самого конька. Вышележащие ряды должны перекрывать нижележащие на 10—14 см; чем больше скат, тем меньше делается перекрытие. В горизонтальных рядах листы укладывают внахлестку на целую волну или полуволну. На конек крыши и ребра укладывают специальные коньковые листы, в крайнем случае можно использовать доски.

Для крепления листов применяют специальные шиферные гвозди. При пользовании обычными гвоздями под их головку подкладывают две шайбы, верхнюю — из обрезков оцинкованной кровельной стали, нижнюю — из толя или рубероида, или же просто квадратики из старой велосипедной покрышки. Для предохранения головок обыкновенных гвоздей от коррозии их покрывают олифой и суриковой замазкой. Гвозди прибивают в местах соединения листов и обязательно в гребне, но ни в коем случае не в углублении.

При уходе за асбофанерной крышей ходить по ней нужно осторожно, лучше — по специальной доске с планками для упора, снег сметать только метлой, а не лопатой, периодически проветривать чердачное помещение. Ремонт такой крыши состоит обычно в заделке мелких, небольших трещин и отколов цементным раствором, который

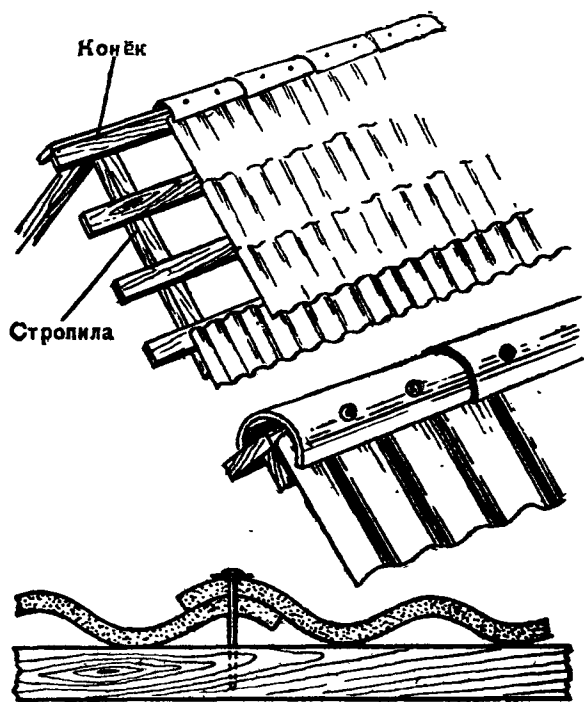


Рис. 81. Покрытие крыши асбофанерой и крепление ее на обрешетке.

состоит из 1 части цемента и 2 частей песка.

Покрытие крыши плитками этернита обходится дороже, чем волнистыми листами, а сам процесс представляет для неопытного домовладельца значительные трудности, связанные с предварительной разбивкой опалубки и техникой укладки. Поэтому производить самостоятельно эту работу не рекомендуется.

Самой долговечной крышей нужно считать крышу из черепицы. Эта крыша очень стойка к огню, атмосферным и химическим воздействиям, проста в ремонте и дешева в эксплуатации. Ограниченное применение черепицы объясняется ее большим весом, вызывающим необходимость в очень прочных стропилах и обрешетке. Кроме того, черепицы очень хрупкие, что затрудняет уход за крышей в зимнее время. Во время оттепелей зимой плохо обожженная черепица впитывает в себя влагу и при замерзании разрушается. Значение последних недостатков снижается, если крыша имеет большой наклон. Эти кровли удобно применять в районах производства черепицы.

Довольно распространенной является стальная (железная) крыша. Преимущество этой кровли перед другими состоит в том, что ею можно покрывать крыши любой конфигурации. Соединения между листами бывают абсолютно непроницаемы для воды, в результате чего плотная и ровная поверхность дает возможность покрывать крыши с незначительным уклоном. Легкость стальной кровли позволяет использовать легкие стропила и обрешетку. По железной крыше можно ходить, счищать снег с нее лопатой и т. д. К недостаткам этого вида кровли нужно отнести низкую стойкость ее к огню и сравнительно высокую стоимость. Для покрытия используются стальные листы так называемого черного или оцинкованного железа размером 142×71 см, весом 4—6 кг. Настилка железной крыши довольно сложна и производится обычно мастерами-кровельщиками.

Как правило, перед настилкой новой кровли листы покрывают олифой с двух сторон. При этом нужно пользоваться самой высококачественной олифой. Лучше всего использовать натуральную олифу или оксоль высшего качества. Затем кровлю нужно без промедления окрасить.

Старые кровли, водосточные трубы и другие детали из кровельной листовой стали перед вторичной окраской ремонтируют,

очищают от ржавчины и пыли. Оставшуюся краску предварительно соскабливают металлической щеткой.

Для подмазывания гребней и фальцев крыши может быть рекомендована замазка следующего состава: просеянного и просушенного мела — 610 г, железного сухого сурика — 150 г, олифы натуральной — 140 г.

Замазку наносят деревянным или металлическим шпателем.

При окраске особенно тщательно нужно покрывать гребни и фальцы, так как разрушение обычно начинается с этих мест. Последние мазки кистью нужно делать вдоль гребней, то есть по скату кровли.

Наиболее распространенными красками для крыши являются свинцовый сурик (смесь окиси и двуокиси свинца), мумия или железный сурик, реже употребляется зеленая краска медянка в соединении с цинковыми белилами. Последняя краска дороже других, но срок ее службы больше. Поэтому можно рекомендовать стальную крышу покрывать медянкой, так как ее относительно высокая стоимость со временем полностью окупается.

На 1 м^2 поверхности крыши требуется олифы — 30 г, грунтовки (первый слой) — 80 г, окраски (второй слой) — 80 г.

Перед нанесением второго слоя окраски грунтовочный слой должен как следует высохнуть.

Окрашенную суриком кровлю снова кра-

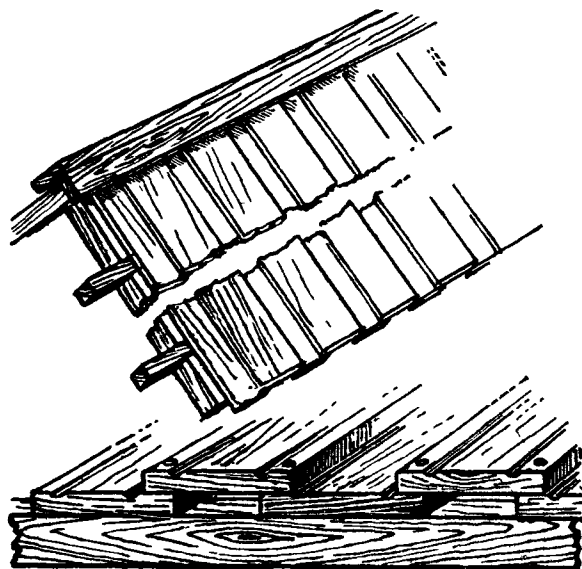


Рис. 82. Покрытие крыши тесом.

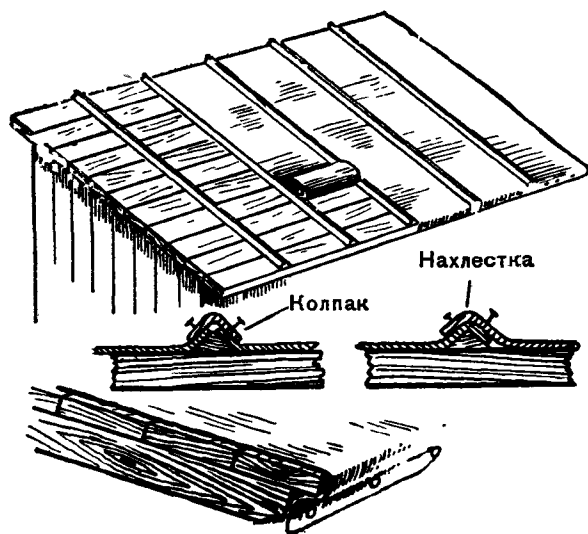


Рис. 83 Покрытие крыши толем и крепление его к опалубке.

сят через два-три года, медянкой — через шесть-восемь лет.

В районах, где лес является распространенным строительным материалом, дома кроют тесом, гонтом или дранью.

Тесовую кровлю (рис. 82) настилают перпендикулярно коньку крыши, из двух рядов преимущественно сосновых досок толщиной 25—30 мм. Нижний ряд досок укладывают так, чтобы выпуклость годовых колец была направлена вверх, а при укладке верхнего ряда, наоборот, вниз. Чтобы при усыхании доски не растрескивались, нижние доски прибивают одним гвоздем, а верхние по краям — двумя. Использование оцинкованных гвоздей увеличивает срок службы кровли. Сверху к обеим сторонам конька прибивают две доски. Эта кровля непрочная, так как намоченные доски разбухают, сохнут и коробятся.

Для временного, первоочередного покрытия надворных построек можно с успехом применять рулонные материалы — толь и рубероид. Их настилают по сплошной опалубке горбыля и теса.

Толь настилают на крышу в зависимости от предполагаемого срока службы в один или два слоя, параллельно или перпендикулярно коньку. При первом способе рулон раскатывают внизу крыши, следующий лист ряда — выше, внакладку. Материал прибивают к опалубке толевыми гвоздями, а иногда дополнительно укрепляют рейка-

ми, прибитыми перпендикулярно коньку на расстоянии 0,5—1 м друг от друга.

Настилка перпендикулярно коньку производится по деревянным треугольным или полукруглым рейкам (рис. 83), прибиваемым к опалубке гвоздями. Расстояние между брусками должно быть на 10 см меньше ширины полотна толя. Края полотна могут заходить за треугольные бруски и прибиваться к ним толстыми гвоздями внахлестку или покрываться сверху колпаком из узкой толевой ленты, как показано на рисунке.

Двухслойное покрытие делается точно так же, только после наложения каждого листа его покрывают возможно гуще горячей смолой и, пока смола не застыла, накрывают вторым слоем.

Более долговечна, чем толевая, кровля из рубероида. Эту кровлю настилают, как правило, в два слоя: сначала опалубку покрывают слоем пергамина, затем рубероида. Лучше всего настилать на нефтесмоляной мастике. Поверхность рубероида предварительно очищают щеткой.

В заключение кровлю из рулонных материалов покрывают горячим битумом. Пропитывание делают до одного-двух раз.

Вследствие недолговечности кровель из рулонных материалов их приходится ремонтировать чаще, чем другие. Большое значение для сохранности такой кровли имеет плотное ее прилегание к опалубке, чтобы сильный ветер не поддувал под листы и не отрывал их.

Небольшие местные повреждения — дыры, пробоины — ремонтируют, наклеивая на них заплаты из тех же материалов на горячем битуме или мастике. Заплату сверху покрывают два-три раза горячим битумом или мастикой.

Всякая крыша нуждается в периодическом осмотре как со стороны чердака, так и сверху, особенно весной, после освобождения от снежного покрова, а также перед наступлением дождей осенью. Чтобы лучше выявить имеющиеся недостатки, поверхность крыши очищают от грязи, мусора.

Зимой нельзя допускать, чтобы на крыше лежал слой снега толщиной более 20 см.

Снег удаляют деревянными лопатами или метлой. Сбрасывать его нужно равномерно, не создавая на крыше сугробов, чтобы не перегрузить отдельные поверхности.

Надо также очищать крышу, водосточные желоба и трубы от опавших с деревьев листьев и хвои.

ПОДГОТОВКА ДОМА К ЗИМЕ

Температура воздуха внутри помещения и связанные с этим расходы на топливо зависят от конструкции ограждающих поверхностей дома — его стен, потолков, пола, окон и дверей, а также от конструкции и состояния отопительных приборов.

Выше уже отмечалось, что в сельской местности широко распространены печи. При эксплуатации печи топку и поддувало нужно систематически очищать от золы, особенно тщательно нужно следить за чистотой колосниковой решетки.

Скопление сажи в топке и дымоходах ухудшает тягу, увеличивает расход топлива и со временем может вызвать пожар. Слой сажи около 3 мм почти наполовину сокращает полезную теплоотдачу. Поэтому топку и дымоходы необходимо систематически прочищать специальным ершиком, шестом с привязанной на конце тряпкой и т. п. Кроме этих способов удаления сажи, есть еще химические средства, которые, сгорая вместе с топливом, уносят с собой значительную часть сажи.

К таким средствам относится каменная соль, а также состав, приготовленный по следующему рецепту (в частях): медный купорос — 7, обычная поваренная соль — 6, нашатырь — 8, селитра — 5, мелкий песок — 2, мелкий кокс — 2. Этот состав легко воспламеняется, поэтому с ним нужно обращаться осторожно. Всякую химическую очистку трубы лучше делать после дождя или в сырую погоду.

Большое значение для поддержания равномерной температуры, а также экономии топлива имеет хорошее утепление дома. Прежде всего необходимо утеплить потолок.

В сельских условиях хорошим теплоизолирующим материалом являются древесные опилки, смешанные для огнестойкости с известью или алебастром. Чтобы предотвратить появление в опилках грызунов и насекомых, туда добавляют антисептики — дуст ДДТ и др.

Для теплоизоляции потолка используется и каменноугольный просеянный шлак. Он имеет малую теплопроводность, относительно легок, но энергично поглощает влагу. Необходимо следить, чтобы крыша не протекала, и хорошо изолировать деревянные части перекрытия влагонепроницаемой прокладкой, например из толя, пергамина или рубероида.

Не рекомендуется засыпать потолок тор-

фяной крошкой, так как она хотя и обладает антисептическими свойствами, но может легко воспламениться. Строительный мусор иногда оставляют на потолке в качестве теплоизолирующей засыпки. Этого делать не рекомендуется из-за быстрой гниваемости мусора.

Хорошо утеплять потолок сухими листьями. Они легки и обладают незначительной теплопроводностью. Перед засыпкой их перемешивают с известью-пушонкой и, чтобы предохранить от загрязнения, сверху на 5—7 см покрывают слоем шлака.

Для того чтобы указанные засыпочные материалы не проникали через щели, перед засыпкой подшивку замазывают раствором глины и песка (слоем 1—2 см) или покрывают толем. Толщина насыпаемого слоя 15—20 см.

Холодный воздух может проникать в комнату и через щели в полу. Если деревянные полы были сделаны из непросушенного леса и разошлись, их рекомендуется перебрать, уничтожив при этом щели. Слишком большие щели, образовавшиеся в результате коробления леса, заделывают деревянными вставками, а стыки замазывают шпаклевкой.

Ежегодно перед наступлением холодов домохозяйствам приходится вставлять в окна вторые рамы, а также приводить в порядок наружные рамы. Перед вставлением вторых, внутренних, рам необходимо проверить состояние переплетов, прочность их соединения, а у внешних рам — крепления ручек, шпингалетов, петель. Соединения переплетов могут быть укреплены дополнительными нагелями или прибитыми сверху металлическими угольниками. Ослабевшие шурупы металлических частей рам подвешивают, а при проворачивании заменяют более длинными. Далее осматривают стекла. Все треснувшие и разбитые стекла заменяют новыми.

Выпускаемое нашей промышленностью стекло для гражданского строительства не одинаково по толщине и качеству. Толщина стекла колеблется от 2 до 6 мм. Для остекления оконных переплетов применяется одинарное нормальное стекло толщиной 1,9—2,4 мм, а также полуторное — толщиной 2,4—2,7 мм. При переноске стекла нужно соблюдать меры предосторожности, так как при неправильном обращении оно может расколоться под тяжестью собственно-

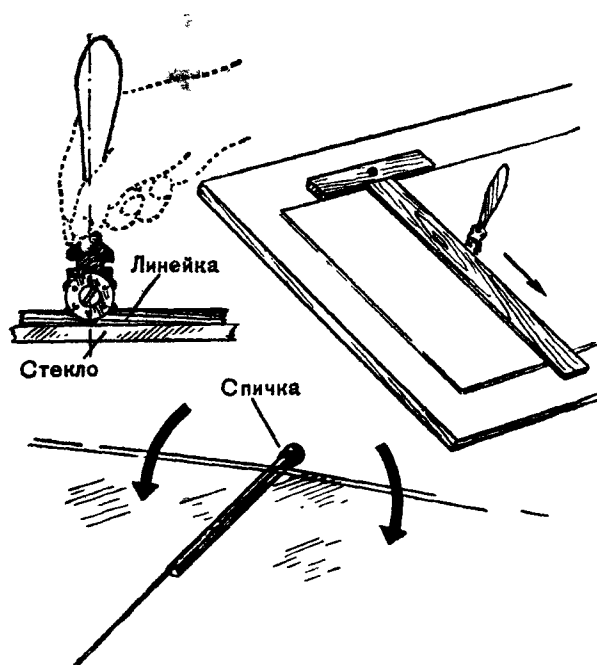


Рис. 84. Резание стекла стеклорезом.

го веса. Большое полотно стекла нужно держать обеими руками с противоположных сторон.

Для резки стекла применяются стеклорезы, где режущим элементом является алмаз или изготовленные из твердого сплава и заточенные ролики. Ролики в этом стеклорезе находятся в обойме. При повороте обоймы затупившийся ролик заменяется новым. Заточка роликов обычно производится на наждачном точильном круге. Если стеклорез острый, но при нормальном давлении все-таки не дает надреза, его на короткое время рекомендуется опустить в керосин.

При резании стекла важно правильно держать стеклорез (рис. 84). Указательный палец обычно при этом находится сверху, а стеклорез удерживается почти вертикально. Для резки необходима линейка или ровная рейка, можно воспользоваться обычным деревянным метром, а лучше всего — чертежной рейсшиной. Резание начинают с дальнего края полотна и производят за один раз, стеклорез при этом плотно прижимают как к рейке, так и к стеклу.

Надрез считается хорошим, если на стекле остается узкая бесцветная черта. Если черта имеет вид грубой царапины белого цвета — стеклорез тупой или надрез сделан неправильно. При правильном резании слышится слабое потрескивание. Если над-

рез не удался при первом движении стеклореза, не нужно пытаться сделать его вторично, этим можно испортить стеклорез. Лучше перевернуть стекло и сделать надрез с противоположной стороны. Не нужно беспокоиться о первом надрезе, стекло расколется по последней отметке. Стекло откалывается по надрезанной линии при нанесении ручки стеклореза легких ударов снизу или при надавливании на него после подкладывания спичек под надрезанные края. Для откалывания небольших кусочков стекла стеклорез сбоку имеет вырезы.

Вставляя новое оконное стекло взамен разбитого, необходимо удалить из оконного переплета осколки старого стекла. Если стекло только треснуло, но еще не рассыпалось, на его поверхность наклеивают бумагу и, разбив его, удаляют по частям. Такой способ особенно удобен для удаления больших полотен.

Мелкие стекла и замазку удаляют плоскогубцами или с помощью лезвия старого столового ножа, обрезанного, как показано на рис. 85, а. Если замазка очень твердая, по нбжу можно слегка ударить молотком, при этом надо стараться, чтобы нож не врезался в дерево и не снимал стружку. Старую засохшую замазку можно размягчить с помощью паяльника или горячего утюга.

Перед тем как вставлять стекло, все неровные места в фальце переплета заделывают замазкой и его поверхность грунтуют свинцовыми белилами с олифой хорошего качества. Это способствует лучшему сцеплению замазки с поверхностью, а также закупорке пор древесины.

С нижней стороны стекло должно быть изолировано от соприкосновения с деревом переплета тонким слоем замазки. Размеры вновь вырезанного стекла должны быть со всех сторон на 2 мм меньше размеров фальца. Эти зазоры между краем стекла и фальцем совершенно необходимы для компенсации изменения размеров переплета после усадки, изменения температуры, толчков и т. д.

Стекло сначала ставят нижней кромкой в вырез, а затем поднимают, пока оно не совпадет с переплетом.

Небольшие стекла (форточки) нет необходимости крепить чем-либо, кроме замазки. Полотна стекол больших размеров укрепляют в переплете рамы гвоздиками без шляпок, а также можно с успехом применять старые патефонные иголки. Для то-

го чтобы забить такую шпильку, ее прижимают к стеклу указательным пальцем левой руки и узкой стамеской легкими, скользящими по стеклу ударами заставляют ее углубляться в дерево переплета. Важно, чтобы конец стамески не отрывался от стекла. Расстояние между шпильками не должно превышать 15 см.

Наиболее удобным инструментом для нанесения замазки является длинный, достаточно эластичный столовый нож, обычно для этой цели используют стамеску. Замазку предварительно раскатывают «веревочкой», затем укладывают к стеклу и разравнивают (рис. 85, в). Лишнюю замазку удаляют. С внутренней стороны стекла замазку выравнивают до уровня переплета, а с внешней стороны слой замазки находится под углом к переплету, образуя в профиле треугольник (рис. 85, г). Замазка должна быть средней консистенции. Если замазка жидкая, она пристаёт к стамеске, если густая — сворачивается под стамеской.

Для выполнения различных по характеру и качеству стекольных работ применяют самые разнообразные замазки. В домашних условиях можно воспользоваться или меловой, или более высококачественной, белильной замазкой.

Рецепт приготовления меловой замазки:

Олифа	2,2 кг
Мел молотый	8,1 .

Рецепт приготовления белильной замазки:

Олифа	1,8 кг
Мел молотый	6,0 .
Белила свинцовые сухие	2,5 .

В обоих случаях рекомендуется пользоваться только натуральной олифой.

После ремонта наружных и внутренних рам необходимо тщательно вымыть стекла. Сначала их смачивают водой для того, чтобы пыль и грязь размокли, после этого их поверхность протирают мокрой тряпкой, смоченной в воде, а еще лучше — в крепком чае с добавлением туда спирта. Далее в стакане, наполовину наполненном водой, разводят две горсти молотого мела или зубного порошка и этим составом покрывают стекла с обеих сторон. Как только побелка высохнет, окна вытирают сухой тряпкой или мягкой бумагой. При промывании труднодоступных уголков оконных переплетов можно пользоваться тонкой заостренной лучиной.

Грязные стекла задерживают ~~до~~ трети солнечных лучей, две трети лучей задерживают не сильно замерзшие стекла, а сильно обледеневшие стекла пропускают только одну пятую часть света. Не меньшее влияние на прохождение света оказывает и отпотевание стекол. Поэтому со всеми этими нежелательными явлениями нужно бороться.

Хорошим средством против обледенения стекол является протирание их следующим составом: в 1 л спирта (63-процентного) растворяют 55 г глицерина. Как только жидкость отстоится и станет прозрачной, ею натирают стекло. Такая обработка стекла не только предотвращает его замерзание, но и запотевание.

Самым лучшим средством против запотевания окон является хорошая вентиляция. Особенно большие неприятности вызывает запотевание стекол зимой между

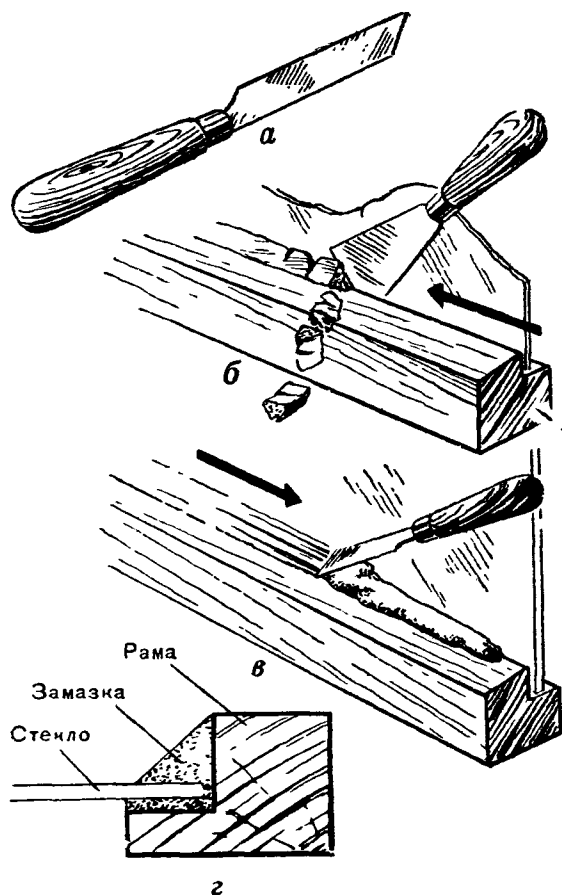


Рис. 85. Снятие старой замазки и нанесение новой: а — нож с обрезанным лезвием, б — снятие старой замазки стамеской; в — нанесение замазки; г — слой замазки в профиле.

рамами. Необходимо помнить, что при вставлении вторых рам тепло создается не за счет теплоизоляционных свойств стекла, а за счет прослойки воздуха между рамами. Особенно тщательно нужно утеплять внутренние рамы окон и менее — внешние, чтобы воздух между рамами немного вентилировался. Этим в значительной степени можно уменьшить запотевание стекол. Для уменьшения влажности воздуха между рамами на зиму туда помещают энергично поглощающие влагу материалы: опилки, древесный уголь, налитую в открытый сосуд серную кислоту и т. п. Щели между внутренними рамами и оконными коробками обычно затыкают ватой или паклей и заклеивают белыми полосками бумаги.

Лед с замерзшего стекла может быть удален несколькими способами. Наиболее удобным является нанесение на стекло крепкого раствора поваренной соли, нашатырного спирта, серной кислоты, глицерина, бензина и др. Кислотами (из-за их ядовитости) нужно пользоваться только в исключительных случаях, когда нет других средств. Несмотря на то, что нашатырный спирт и раствор соли действуют почти мгновенно, стекло после вытирания вскоре вновь замерзает. Лучшие результаты дает натирание глицерином.

Треснутое стекло временно можно заделывать с внутренней стороны прозрачным шеллаком. Он менее заметен, чем лента медицинского пластыря, которая иногда используется для этой цели, и не пропустит холодный воздух и сырость, пока испорченное стекло не будет заменено новым.

Для сохранения тепла в доме большое значение имеет утепление двери, соединяющей жилое помещение с неотапливаемой частью дома. Перед утеплением проверяют исправность двери. Наиболее частым дефектом является ее опускание из-за ослабевших в петлях шурупов, перекоса дверной коробки и других причин. Ослабевшие шурупы вывинчивают и заменяют более длинными; если таких шурупов не окажется, можно использовать старые, предварительно заделав отверстия от шурупов деревянными пробками на клею.

Если дверь не входит в дверную коробку в результате перекоса последней, в этом месте нужно подстрогать косяк, а там, где остается просвет, набить планки. Имеющиеся в стыках досок щели тщательно зашпаклевывают.

С наружной стороны дверь обычно обивают плотной тканью (дерматином, клеенкой и др.), под которую подкладывают утепляющие материалы (войлок, паклю, вату, мешковину и др.). Сверху обивку прижимают крест накрест свернутыми несколько раз полосками из той же ткани или штукатурной дранью и прибивают гвоздями. Для меньшего проникновения холодного воздуха между краем двери и косяком обивку слегка напускают над краем двери.

И, конечно, при подготовке дома к зиме необходимо позаботиться о своевременном завозе и разделке топлива.

На обширных просторах нашей страны в зависимости от местных условий для домашнего отопления применяют различные виды топлива: дрова, торф, бурый и каменный уголь, антрацит, кокс, брикеты. Чем больше возраст топлива, тем больше оно содержит углерода (основная составная часть топлива). Наибольшая теплотворная способность — у антрацита, меньшая — у каменного угля, еще меньшая — у бурого угля, меньше всего она у торфа.

Кокс и брикеты относятся к искусственным видам топлива. Кокс получается в результате сухой перегонки — сжигания — каменного угля без доступа воздуха в специальных печах. Обладая незначительной гигроскопичностью, большой теплотворной способностью, кокс является прекрасным топливным материалом, при сгорании он не дает дыма и не сплавляется в топке.

Брикеты — это формованные под давлением и цементированные различными связывающими материалами мелкие куски каменного угля, торфа, соломы, помета животных и т. д.

В лесной полосе нашей страны наиболее распространенным видом топлива являются дрова. При заготовке дров нужно иметь в виду, что лучшими дровами считаются те, которые имеют большой удельный вес, а это значит, что при данном весе они дают наибольшее количество тепла. К таким дровам относятся граб, бук, дуб, клен. В северных и средних районах центральной полосы таких пород относительно мало, наилучшими здесь являются береза, ольха, затем сосна и ель, наиболее низко расценивается осина.

Для отопления домов обычно используют поленья длиной 30—50 см. Лучшим сортом дров считаются расколотые поленья толщиной более 15 см, затем идут более

тонкие круглые дрова (кругляк) и низкий сорт — это тонкие дрова, которые не требуют для своей разделки пилы.

Хорошо высушенные дрова дают в два-три раза больше тепла, чем сырые. Сырые дрова очень тяжелые, при горении шипят, выделяя на поверхности воду. Летом сухость дров иногда можно определить по звонкому стуку при ударе одного полена о другое. Однако зимой в морозы такой звук могут давать и сырые дрова. Дрова лучше запастись с весны так, чтобы летом их можно было разделить и просушить.

Для растопки печи можно воспользо-

ваться кочерыжками кукурузных початков, помещаемыми предварительно в растопленную смесь: 3 части канифоли и 2 части вара. После этого початки высушивают на горячем листе в печи или на солнце. Вместо кукурузных початков могут быть использованы сухие лучины дерева. Заготовленные лучины можно связать пучками и обмакнуть на некоторое время в бензин. Чтобы бензин не испарялся, концы щепок опускают в расплавленную канифоль.

Эти материалы при медленном горении дают много тепла и обеспечивают хорошее воспламенение топлива.

УХОД ЗА САДОВО-ОГОРОДНЫМ ИНВЕНТАРЕМ, ИНСТРУМЕНТАМИ И ПРИСПОСОБЛЕНИЯМИ

В домашнем хозяйстве сельских жителей большое место занимает инвентарь для обработки сада и огорода. Молодому хозяину полезно знать, как ухаживать за ним, как его хранить. Хорошо отлаженный и применяемый по назначению инвентарь позволяет своевременно и с наименьшей затратой сил обрабатывать приусадебный участок.

Хорошо наточенные лопаты, мотыги-польники намного увеличивают производительность труда. Заточка производится

обычно на точильном камне или напильником.

Если лопата износилась, ее можно отремонтировать, обрезав слесарной ножовкой, и затем заточить напильником (рис. 86).

Сломанная ручка легкого инвентаря может быть отремонтирована, как показано на рис. 87. После подгонки сломанных концов их обматывают шнуром. Для прочности обмотанное место покрывают водостойкой краской.

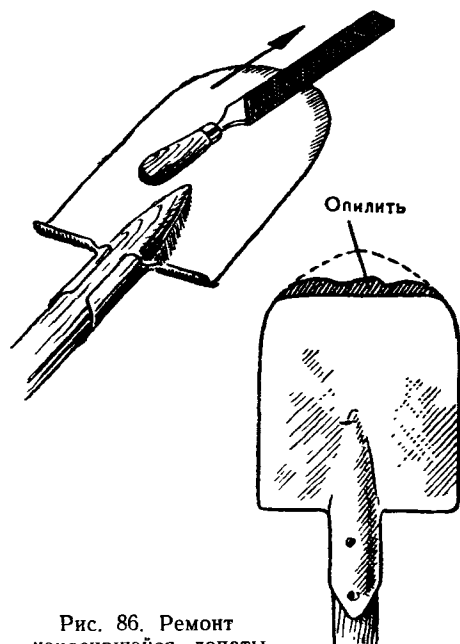


Рис. 86. Ремонт износившейся лопаты.

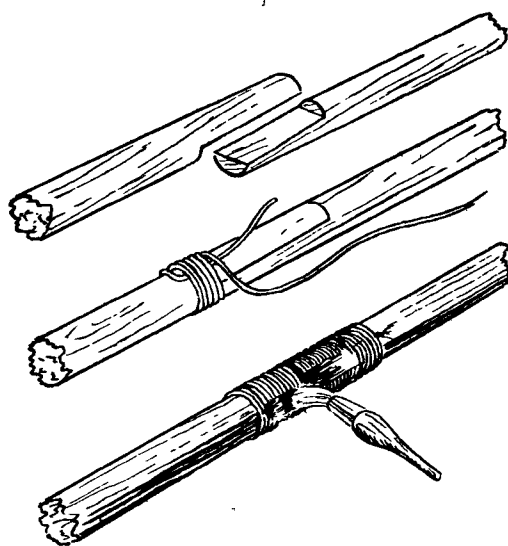


Рис. 87. Ремонт сломанной ручки инвентаря

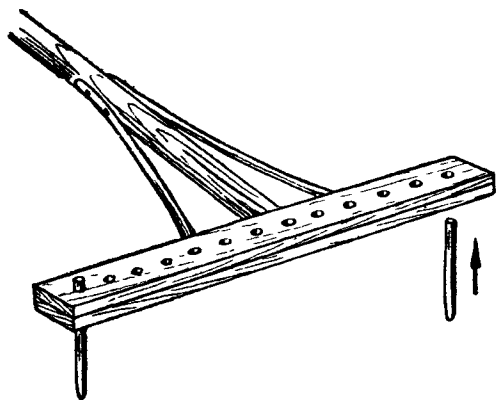


Рис. 88. Старые грабли, приспособленные для разметки грядок.

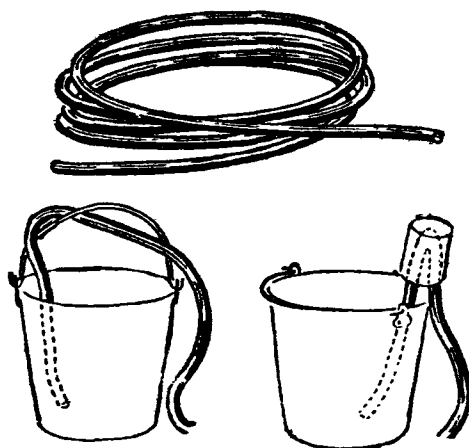


Рис. 90. Шланг и крепление его у посуды.

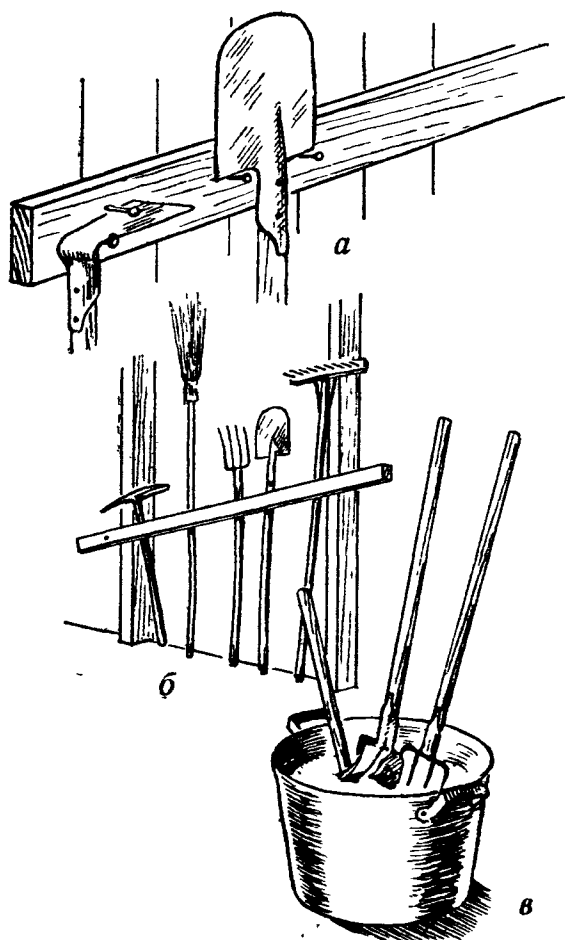


Рис. 89 Хранение инвентаря:
а — на гвоздях; б — за прибитой к стене плашкой; в — в песке.

Часто ломающиеся зубья деревянных граблей могут быть заменены новыми, выпиленными из деревяшек. Старые деревянные грабли с хорошим основанием выбрасывать не следует, так как из них можно сделать орудие для разметки грядок (рис. 88).

Никогда не нужно оставлять инвентарь с деревянными ручками где попало, под дождем или палящим солнцем. Это сокращает срок его службы, ускоряя ржавление и гниение. После использования инвентарь нужно очистить от грязи, а при хранении зимой смазать тонким слоем жира. Лопаты, вилы, мотыги и другие орудия лучше хранить висящими на стене.

Для каждого орудия в стену достаточно вбить два гвоздя, как показано на рис. 89, а. Инвентарь можно ставить также и за прибитую наискосок у стены планку (рис. 89, б). При частом использовании инвентаря на сельскохозяйственных работах в колхозе и дома вилы, лопаты, мотыги хорошо держать воткнутыми в песок, находящийся в какой-либо старой посудине, в старой кошелке и т. п. (рис. 89, в). В песок добавляют немного машинного или другого жидкого масла. Масляный песок не только предохраняет металлические части орудий от ржавления, но очищает их после употребления.

Если шланг для поливки огорода оставляют на открытом воздухе, необходимо выпустить из него воду, свернуть его и не оставлять под прямыми лучами солнца.

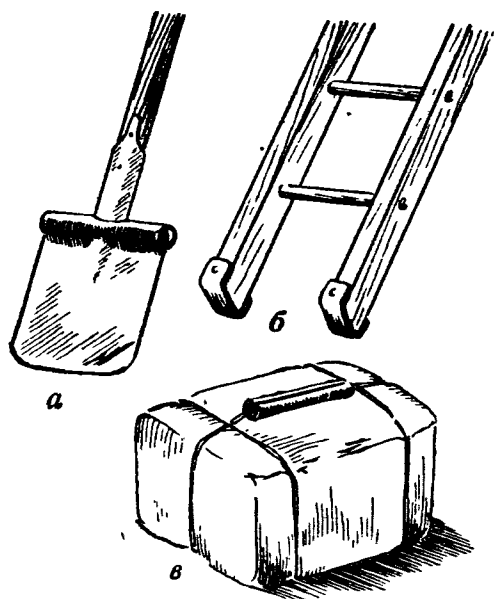


Рис. 91. Использование старого шланга:
а — на плечиках лопаты, б — на ножках лестницы, в — на
ручке для переноски вещей.

Крепление шланга у посуды, в которую через него наливается жидкость, показано на рис. 90. Во втором случае можно воспользоваться любой консервной банкой.

Вышедший из строя поливочный резиновый шланг выбрасывать не нужно. Он еще может найти применение в домашнем хозяйстве. Разрезанный с одной стороны и просверленный кусок резинового шланга может быть надет через ручку на плечики лопаты, что значительно облегчит работу ею (рис. 91, а). Резина от шланга может быть использована в качестве набоек под ножки лестницы (рис. 91, б), в качестве ручки для переноски вещей (рис. 91, в) и т. д.

Для различных поделок хорошо иметь верстак или отдельный стол, на котором можно было бы укрепить тиски, а на стене перед ним расположить необходимые инструменты, о наборе которых уже говорилось на стр. 75—77. Не у всякого хозяина такая возможность есть, а поэтому инструменты обычно хранят в специальном ящике стола, в переносном ящике с ручкой или на переносном щите. У последнего способа хранения и переноски инструментов есть свои преимущества. Переносный щит

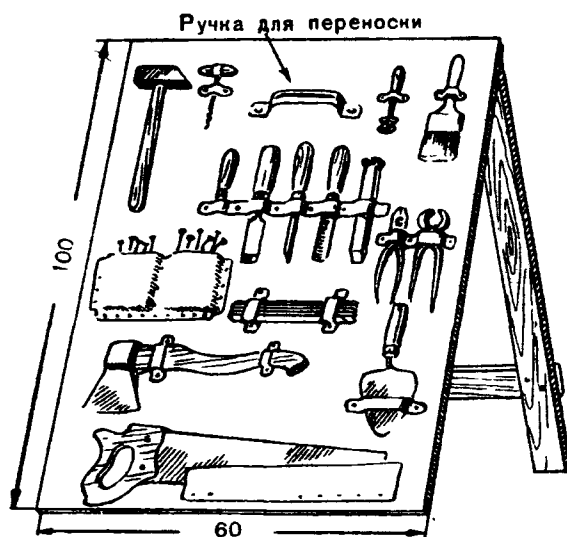


Рис. 92. Переносный щит для инструментов.

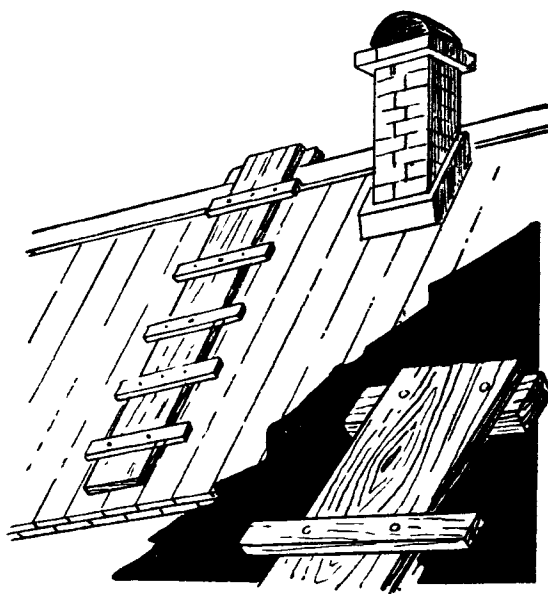


Рис. 93. Трап для работы на крыше.

(рис. 92) дает возможность иметь сразу все инструменты под руками, избавляет от необходимости отыскивать нужный инструмент среди других в ящике, позволяет установить отсутствие того или иного инструмента по пустому месту на щите и т. д. Такой щит легко сделать.

Щит делается из прямоугольного листа фанеры толщиной 5—10 мм. Размеры щита зависят от количества и величины располагаемых инструментов. Для удобства размещения инструментов на щите места их расположения обводят карандашом. Инструменты крепят обычными пружинными зажимами или резиновыми и кожаными полосками. Для удобства переноски на лицевой стороне щита делают ручку, сзади на петлях крепят откидные ножки для установки щита в любом месте. Очертания контуров инструментов рекомендуется обвести краской, а щит сверху покрыть слоем светлого лака.

Для перевозки грузов (мусора, огородных и садовых удобрений, навоза, земли и т. д.) в домашнем хозяйстве хорошо иметь тачку или небольшую тележку. Тачку и тележку желательно держать под навесом или в сарае. Для улучшения их внешне-

го вида и защиты от сырости их рекомендуется покрасить. Значительно облегчают работу по переноске грузов носилки, особенно на огороде, где тачку использовать неудобно. Их также нужно держать под навесом.

Уход за крышей всегда сопряжен с возможной опасностью падения. Чтобы этого избежать, в хозяйстве полезно иметь очень простое приспособление — трап, который намного улучшает условия работы на крыше. На ровную доску набивают на расстоянии 20—30 см друг от друга перекладины в виде планок. Чтобы доска держалась на крыше, к концу ее прикрепляют специальные крючки или прибивают поперечину (рис. 93).

В хозяйстве полезно также иметь козлы, приставную лестницу, двуручную поперечную пилу, большой топор и другие инструменты и приспособления.



Организация правильного питания семьи — одна из самых основных и главных задач домашнего хозяйства.

Количество, качество и состав пищи, регулярность ее приема оказывают решающее влияние на здоровье и работоспособность человека. Беспорядочное, неправильное по набору и соотношению пищевых веществ питание приводит к нарушению нормальных функций организма, к его преждевременному изнашиванию и может стать причиной различных заболеваний.

Для того чтобы пища была полезной, она должна не только содержать в необходимой пропорции все питательные вещества, она обязательно должна быть вкусной, аппетитной и внешне привлекательной.

Корифей нашей и мировой науки, великий физиолог, академик Иван Петрович Павлов в своих классических «Лекциях о работе пищеварительных желез» писал:

«...Люди всегда стараются обеспечить внимание к еде, интерес, наслаждение ею, озабочены тем, что в общепитии называется аппетитом. Все сознают, что нормальная и полезная еда есть еда с аппетитом, еда с испытываемым наслаждением; всякая другая еда, еда по приказу, еда по расчету признается уже в большей или меньшей степени злом, и инстинкт человеческого здоровья побуждает стараться об устранении его».

Однако иногда молодые люди считают, будто они выглядят привлекательнее, более «глубокомысленно» и «возвышенно», демонстрируя безразличное отношение к еде. Между тем в таком отношении к питанию нет ничего иного, кроме фальшивой и вредной позы. Некоторые едят не вовремя, на ходу, что попало, ссылаясь при этом на занятость, на недостаток времени. Но попробуйте проверить, и вы легко убедитесь и сумеете убедить того, кто делает подобные заявления, что он мог бы найти время для обеда без всякого ущерба для своей работы.

Поэтому мы и хотим рассказать о том, как лучше организовать питание семьи, экономно расходуя на это труд, время и средства.

Приготовление пищи — одна из самых трудоемких домашних работ. Предприятия общественного питания могут в значительной мере облегчить эту работу. На XXI съезде партии отмечалось исключительно важное и все возрастающее значение общественного питания и намечалось дальнейшее развитие сети общественных столовых в жилых домах, фабрик-кухонь, столовых на предприятиях, в учебных заведениях, а также улучшение качества продуктов общественного питания и снижение цен.

Кулинария располагает многими тысячами разнообразных рецептов приготовления блюд. Из них приводим для вас, занятых молодых людей, только самые простые, наименее трудоемкие, выполнение которых не требует особого умения или большого опыта. Здесь кратко изложены (применительно к условиям домашней кухни) и некоторые из рецептов национальной кулинарии.



О СОСТАВЕ ПИЩИ

Одно из главных требований науки о питании состоит в том, чтобы пища содержала необходимые человеку вещества: белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины, воду — в нужных количествах и правильных сочетаниях.

Белки входят в состав каждой живой клетки, они необходимы для роста и восстановления тканей организма, для образования новых клеток.

К полноценным белкам пищи относятся те, которые содержатся в продуктах животного происхождения: молоке, мясе, рыбе, яйцах.

Необходимы организму и белки, содержащиеся в продуктах растительного происхождения: овощах, хлебе и разнообразных крупах. Источником достаточно ценного белка служат гречневая и овсяная крупа, рис, некоторые бобовые, особенно соя.

Белки фруктов, картофеля, капусты и некоторых других овощей также имеют большое значение в питании.

Лучше всего обеспечивает потребности организма сочетание в пище животных и растительных белков, что осуществляется при наибольшем разнообразии продуктов питания.

В сутки человеку необходимо 100—120 г белков при условии, что примерно 60% этого количества должны составлять полноценные белки животного происхождения. Для людей, занимающихся тяжелым физическим трудом, количество белков должно быть увеличено до 140—160 г в день.

Жиры — один из основных источников энергии; они необходимы для жизнедеятельности организма, правильной работы его внутренних органов и для поддержания трудоспособности человека.

Так же как и белки, жиры подразделяются на животные и растительные. В правильно построенном пищевом рационе сочетаются и те и другие. К наиболее ценным жирам в первую очередь следует отнести жиры, содержащиеся в молочных продуктах: сливочном масле, сметане, сливках, молоке, сыре, твороге, так как они легко усваиваются организмом и, кроме того, содержат витамины.

Вопреки ошибочному мнению некоторых хозяек, будто растительные жиры мало полезны, надо отметить, что и эти жиры обладают высокой питательностью и усвояемостью, поэтому, безусловно, нужны организму.

Норма потребления жиров организмом человека — в среднем 75—110 г в сутки; из этого количества больше половины должно приходиться на долю жиров животного происхождения, главным образом молочных.

Углеводы, как и жиры, служат для организма основным источником энергии.

Они содержатся в пищевых продуктах преимущественно в виде сахара, крахмала и клетчатки. Пищевой ценностью обладают главным образом сахар и крахмал, но и клетчатка, плохо усваиваемая организмом, необходима для правильной работы желудочно-кишечного тракта. Крахмал и сахар в значительных количествах содержатся в продуктах растительного происхождения: овощах, хлебе, муке, крупе, плодах и ягодах; клетчатка — в ржаном хлебе грубого помола, крупе, овощах.

Минеральные соли, так же как белки, жиры и углеводы, должны в достаточных количествах входить в те продукты, из которых состоит наш ежедневный пищевой рацион. Кальций и фосфор входят в состав костной системы организма, а фосфор, кроме того, в состав нервной и других тканей. Кальций и магний необходимы для нормальной деятельности сердца и мышц.

Кальций содержится в овощах, крупе и хлебе. Хорошо усваиваемым кальцием богаты молоко и молочные продукты. Фосфор имеется в мясе, сыре, хлебных продуктах, молоке, яйцах, капусте. Ржаной хлеб, крупа и отруби служат источником магния. Железо (оно нужно в основном для образования гемоглобина крови) содержится в свежей зелени, мясе и хлебных продуктах.

Наиболее широко используется в питании хлористый натрий, иначе говоря — поваренная соль. Для взрослого здорового человека в обычных температурных условиях средней полосы СССР и вообще в умеренном климате достаточно 12—15 г соли в сутки. В жарком климате и в жаркие дни (вследствие повышенного выделения пота организмом) потребность в соли возрастает до 20—25 г в сутки. В течение суток организму человека необходимо кальция — 0,8 г, фосфора — 1,6 г, магния — 0,4 г, железа — 1,5 г.

В и т а м и н а м современная наука о питании придает особое значение. Это совершенно необходимая часть пищи. Отсутствие их или даже использование в недостаточных количествах пагубно отражается на здоровье и детей и взрослых.

Витамин С повышает сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям и предохраняет его от цинги. При недостатке этого витамина человек становится вялым, сонливым, быстро утомляется.

Содержится этот витамин главным образом в овощах и фруктах. Особенно богаты витамином С плоды шиповника, черная смородина, лимоны, мандарины, апельсины, ягода облепиха, антоновские яблоки и свежие овощи, такие, как капуста, картофель, помидоры, зеленый салат, лук, красный перец.

Витамин В₁ благотворно влияет на нервную систему человека, повышает его выносливость и аппетит, помогает переносить холод. В значительных количествах витамин В₁ содержится в оболочках пшеничных зерен. Именно поэтому пшеничный хлеб из муки грубого помола наиболее полезен. Этот витамин содержат также бобовые, дрожжи, рожь (черный ржаной хлеб), печенка и некоторые крупы.

Витамин В₂ содержат молоко и некоторые мясные продукты (печенка, почки, сердце), а также яйца, дрожжи, зеленый салат, шпинат и капуста. Наличие в пище витамина В₂ увеличивает ее усвояемость. Недостаток этого витамина приводит к болезням глаз и кожи.

Витамин В₁₂ принадлежит к числу важнейших витаминов. Он предохраняет человека от малокровия и нервных заболеваний. Источником витамина В₁₂ служат дрожжи, печенка и рыбные продукты.

Витамин Р укрепляет стенки мельчайших кровеносных сосудов (капилляров). Он содержится в лимонах, апельсинах, листьях чая, красном перце, плодах шиповника, черной смородине, винограде, гречихе и в ряде других продуктов.

Витамин РР богаты дрожжи, грибы, молоко, печень, почки, низшие сорта пшеничной муки, арахис и бобовые. Этот витамин предохраняет от нервных заболеваний и от пеллагры.

Витамин А оказывает влияние на весь организм, он необходим для правильной работы органов зрения и для повышения сопротивляемости организма инфекционным заболеваниям.

Этот витамин содержат молоко, коровье масло, творог, сыр, яйца, печенка. В моркови, помидорах, зеленом луке, салате и абрикосах имеется каротин — вещество, которое в организме человека преобразуется в витамин А.

Витамин Д содержится в желтке яиц, сливочном масле и особенно в печеночном жире рыб. Витамин Д регулирует отложение фосфора и кальция в костях. У детей недостаток этого витамина вызывает рахит, а у взрослых — изменения в костях.

Следует отметить, что при напряженном труде потребность организма человека в витаминах сильно возрастает. Повышается потребность в витаминах у беременных, и почти в два раза увеличивается эта потребность у кормящих женщин. Дети для их правильного развития и роста особенно нуждаются в регулярном потреблении витаминов.

В климатических условиях Крайнего Севера население должно получать с пищей большее количество витаминов, особенно витаминов С, В₁, а в период полярной ночи (при отсутствии солнечного освещения) и витамин Д. Увеличенное количество витаминов Д должны потреблять все те, кто работает при отсутствии солнечного освещения: шахтеры, работники метро и др. Однако в этом случае надо руководствоваться указаниями врача.

В периоды, когда пища становится менее витаминной (весной, в первой половине лета до появления свежих овощей и ягод), людям, нуждающимся в повышенных количествах витаминов, можно рекомендовать специальные витаминные препараты, продающиеся в аптеках.

Взрослому человеку нужно в сутки витаминов А—50 мг, В₁—2 мг, В₂—2 мг, РР—15 мг, А—1 мг (или 2 мг каротина); при тяжелом физическом труде — витамина В₁—2,5 мг, а витамина С—75—100 мг.

Потребление воды является одним из основных условий жизни человека. Без воды человек погибает через несколько дней (4—5 дней). Мы получаем непосредственно в виде питья и с пищей примерно 2—2,5 л воды в сутки. Наука о питании не рекомендует увеличивать это количество, так как излишняя жидкость затрудняет работу сердца и почек, вымывает из организма минеральные вещества и витамины.

Пищевые вещества в организме окисляются («сгорают»); это «сгорание» измеряется условными тепловыми единицами — большими калориями (большой калорией называют количество тепла, необходимое для нагревания 1 л воды на 1°).

При «сгорании» 1 г углеводов или 1 г

белков, например, выделяется 4,1 калории, а при «сгорании» 1 г жира — 9,3 калории.

Определено, что работники умственного труда должны получать в течение суток пищу, измеряемую примерно 3 тысячами калорий, работники механизированного физического труда — 3 500 калорий, не полностью механизированного труда — 4 000—4 200 калорий, а тяжелого физического труда — 4 500—5 000 калорий. Занятия спортом требуют повышенной траты энергии, поэтому спортсменам часто рекомендуют суточный рацион в 6—7 тысяч калорий.

Чтобы вы получили о сказанном более наглядное представление, приведем несколько примеров химического состава блюд, приготовленных по раскладкам столовых.

Одна порция суточных щей (500 г) содержит 4,1 г белков, 7,8 г жиров, 14,9 г углеводов при общей калорийности — 151.

Порция молочного супа с рисом (500 г) содержит 13,7 г белков, 16,6 г жиров, 45,9 г углеводов при общей калорийности — 399.

Жареная свинина (75 г) содержит 19,9 г белков и 22,2 г жиров при общей калорийности — 289.

Жареный морской окунь (100 г) содержит 16,4 г белков, 12,5 г жиров, 4,2 г углеводов при общей калорийности — 201.

Творожная масса (100 г) содержит 13,1 г белков, 7,8 г жиров, 14,7 г углеводов при общей калорийности — 187.

Кабачки, фаршированные овощами (200 г), содержат 3,7 г белков, 20 г жиров, 16,4 г углеводов при общей калорийности — 268.

Кисель из свежих ягод (200 г) содержит 0,3 г белков, 34,7 г углеводов при общей калорийности — 143.

Конечно, вряд ли кто-нибудь из наших читателей начнет подсчитывать, сколько именно белков, жиров, углеводов, минеральных солей входит в состав его сегодняшнего обеда и какова его калорийность.

Приведенные выше цифры могут дать читателям только самое общее представление о количестве различных веществ в нашей пище. Нужда в точном подсчете количества пищевых веществ возникает обычно, когда речь идет о диетическом питании. Имеются специальные пособия, в которых кулинарные рецепты содержат точные данные о калорийности и об основных пищевых веществах одной порции каждого блюда.

МЕНЮ

Для того чтобы правильно, рационально кормить семью и с большей пользой, экономно расходовать продукты, желательно заранее составлять меню — перечень блюд.

Кстати заметим, что даже опытные хозяйки редко записывают меню в специальную тетрадь. Между тем это очень удобно, так как помогает обеспечить разнообразие пищи и правильно регулировать состав пищевых веществ. Выработайте такую привычку, и вы быстро убедитесь в ее пользе.



Наука о питании рекомендует трех-четырехразовое питание для взрослых и четырех-пятиразовое — для детей и подростков. При трехразовом питании завтрак должен содержать 30 процентов суточной нормы калорий, обед — 45—50 процентов, а ужин — 20—25 процентов. При четырехразовом питании первый завтрак составляет 25 процентов суточной нормы калорий, второй — 10 процентов, обед — 45 процентов и ужин — 20 процентов.

Первый завтрак должен хорошо насыщать, давая зарядку организму перед работой. Поэтому в меню первого завтрака, особенно для людей физического труда, нужно вводить разнообразные каши с маслом или

молоком, яйца, горячие овощные, мясные или рыбные блюда.

Если для горячего блюда на завтрак использованы мясные или рыбные продукты, то к чаю, кофе или какао можно подать хлеб с маслом, повидлом, джемом, сырковой массой. Если же горячее кушанье приготовлено из овощей, крупы или макарон, то для бутербродов рекомендуются продукты, содержащие достаточное количество полноценных белков: колбаса, сыр, яйца, творог.

Чтобы приготовить горячее блюдо к первому завтраку, вам пришлось бы встать на полтора-два часа раньше, сократив тем самым время сна. Поэтому предпочитают утром только разогреть кушанье, приготовленное накануне вечером или оставшееся от вчерашнего обеда. Это может быть жареное или вареное мясо, рыба, котлеты, зразы, тефтели, беф-строганов, запеканки, крупяные котлеты и биточки, каши, макароны и т. п. Яичницы, омлеты, блюда из овощей, не требующие продолжительной варки, лучше готовить непосредственно перед завтраком.

Приведем несколько примерных меню первого завтрака:

I. 1) Мясное горячее блюдо (сосиски, сардельки, котлеты, тушеное мясо, беф-строганов);

2) бутерброды с повидлом, джемом;

3) горячий напиток (чай или кофе).

II. 1) Рыбное горячее блюдо (отварная или жареная рыба, рыбные котлеты);

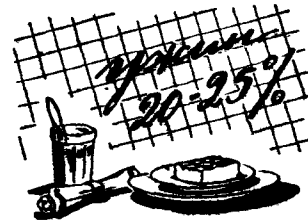
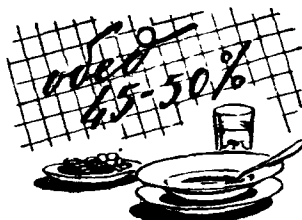
2) бутерброды с плавленым сыром, брынзой;

3) горячий напиток (чай или кофе).

III. 1) Овощное горячее блюдо (картофель — отварной, жареный, тушеный, пюре, капуста или морковь тушеная, солянка);

2) бутерброд с колбасой, ветчиной, сыром, сырковой массой;

3) горячий напиток (кофе или какао).



IV. 1) Крупьяное горячее блюдо (каша гречневая, пшенная, овсяная, манная с маслом);

2) бутерброд с ветчиной, колбасой, рыбой горячего или холодного копчения;

3) горячий напиток (чай, кофе или какао).

V. 1) Творожное горячее блюдо (сырники или творожники);

2) салат или винегрет;

3) горячий напиток (кофе или какао).

Второй завтрак некоторые из членов семьи получают вне дома — на работе, в обеденный перерыв.

Два-три бутерброда с холодным мясом, котлетой, яйцом, сыром, колбасой и стакан чаю, кофе вполне достаточны на второй завтрак для людей умственного труда.

Для тех, кто занят физической работой, предпочтительнее получить во время обеденного перерыва горячее, можно и овощное блюдо, которое обычно легко усваивается и достаточно хорошо насыщает.

Второй завтрак можно принести из дому. Кроме бутерброда, возьмите с собой и другие холодные кушанья. В стеклянную баночку, прикрытую крышкой, положите творог со сметаной или холодные творожники, винегрет, кусочек холодного рисового пудинга, отварной картофель с нарезанным свежим помидором и кусочками селедки. Для того чтобы сохранить второй завтрак горячим, можно использовать термос.

Домашние обеды могут состоять из двух, трех и четырех блюд. Само собой разумеется, что меню из четырех блюд (закуска, суп, второе и сладкое) лучше, разнообразнее. Однако без большого ущерба для здоровья можно ограничиться для питания взрослых людей двумя переменами блюд — первым и вторым. Но было бы совершенно неправильно из-за каких бы то ни было «экономических» соображений или желания облегчить работу по приготовлению пищи

готовить к обеду только одно блюдо. Ведь количество продуктов, затрачиваемое на приготовление одного блюда, не может быть меньше того, которое необходимо для двух кушаний, иначе обед не будет сытным, а ограниченный набор продуктов столь обесценит пищу, что это не преминет сказаться на здоровье.

Если первое блюдо достаточно сытно, а этим качеством отличаются в особенности так называемые заправочные супы, приготовленные на мясном бульоне, — щи, борщи, супы с крупяными и макаронными засыпками, с пельменями и т. п., — то второе блюдо может быть более легким — овощным или рыбным.

Бульоны, вегетарианские овощные супы и некоторые супы-пюре хорошо сочетаются с кушаньями из говядины, свинины или баранины.

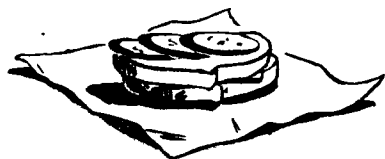
Для третьих блюд к сытному, «плотному» обеду наиболее пригодны компоты, желе, фрукты и т. п. После легкого обеда можно использовать на сладкое манную кашу с киселем, блинчики, пудинги или сладкие запеканки.

Общепринятый набор кушаний обеда и порядок подачи их к столу не случаен. Он выработался и установился в зависимости от вкусовых особенностей пищи и от того влияния, которое данная группа кушаний оказывает на организм.

Так, закуски — небольшие по объему, обычно острого, соленого вкуса кушанья — возбуждают аппетит. Супы и бульоны не только насыщают, но усиливают сокоотделение и способствуют усвоению следующего по порядку блюда.

Вторые блюда увеличивают насыщение. Сладкие блюда завершают обед; многие из них утоляют жажду, освежают.

Ужин — последний прием пищи в течение суток. Для правильной работы пищеварительных органов и спокойного сна на ужин используют легкоусвояемую организмом пищу небольшого объема. Это должно строго выполняться теми, кто мало или во-



все не занимается физическим трудом. Лучше всего к ужину: стакан молока, простокваши, кефира, ацидофилина, киселя, компота; порция творога или сырковой массы, свежие или печеные яблоки; бутерброды с сыром, джемом или вареньем, легкий салат из зелени, сырых или вареных овощей и т. п.

Для тех, кто занимается физическим трудом, можно включать в меню ужина одно горячее кушанье, но избегать при этом мясных блюд и закусок.

Приведем несколько вариантов меню ужина для людей, занятых физической работой.

I. 1) Горячее рыбное блюдо (рыба, преимущественно отварная — треска, судак, камбала, морской окунь);

2) чай, молоко или молочнокислые продукты.

II. 1) Горячее овощное блюдо (картофельное пюре, овощные котлеты, голубцы с рисом, рагу из овощей);

2) молоко или молочнокислые продукты.

III. 1) Горячее крупяное блюдо (каша рисовая, манная, пшеничная, овсяная, крупяные котлеты, запеканка);

2) молоко или молочнокислые продукты.

IV. 1) Горячее мучное блюдо (макароны, лапшевник, оладьи, блинчики);

2) чай или молоко.

Выбор кушаний во многом зависит от времени года. Зимой в состав меню должны входить кушанья плотные и сытные. Они не только должны насыщать, но и как бы согревать. Блюда из говядины, свинины, баранины, рыбы, борщи, рассольники, солянки, а также пироги, блины, пельмени составляют существенную часть зимних меню.

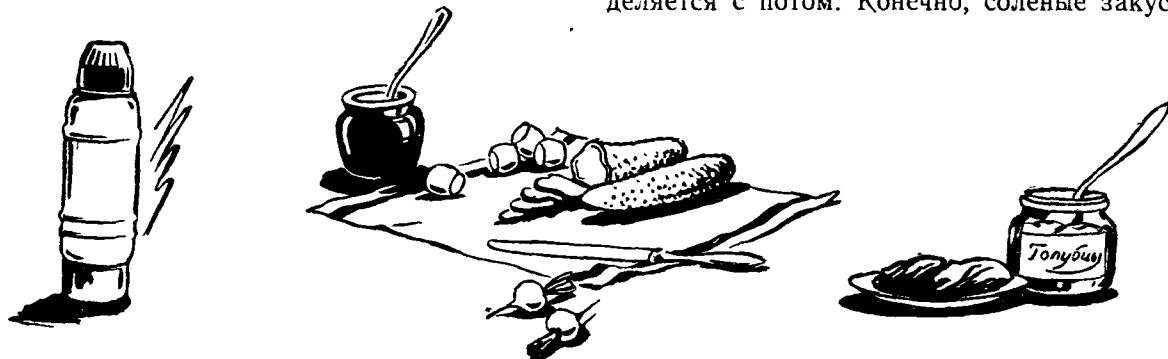
Вместе с тем надо подчеркнуть, что овощи необходимы в питании в течение всего года, а не только в летне-осенний период. Винегреты, салаты, овощные супы, закуски и гарниры из овощей можно готовить круглый год, широко используя в те периоды, когда свежих овощей нет, консервированные, квашенные, соленые и маринованные.

Следует отметить, что способы заготовки впрок сохраняют в овощах достаточное количество ценных пищевых веществ. Так, витамина С в свежей капусте содержится на 100 г — 30 мг, в квашеной — 20 мг, а в лежалой неквашеной капусте витамин С практически отсутствует. Само собой понятно, что в зимний период квашеная капуста даже полезнее свежей, неправильно хранившейся.

Постоянно должны участвовать в пищевом рационе и молочные блюда, супы, кушанья из творога, кефир, простокваша.

Свежая зелень и овощи, разнообразные кушанья из молодого картофеля, моркови, цветной и белокочанной капусты, свеклы, зеленого горошка и фасоли, помидоров, кабачков, баклажанов, грибов, блюда из молочных продуктов и яиц, а также фрукты и ягоды являются принадлежностью летне-осеннего меню. В жаркое время года особенно аппетитны холодные овощные и фруктово-ягодные супы, ботвиньи, окрошки, свекольники, легкие кушанья из телятины, кур, цыплят, отварной рыбы.

Но в сельских районах, где наиболее трудоемкие сельскохозяйственные работы проводятся в жаркие месяцы, необходимо, чтобы летняя пища была объемной и питательной. Кроме хорошо насыщающих мясных и рыбных блюд, в этот период рекомендуются острые, соленые закуски (сельди, вяленая, копченая рыба, свиной шпиг и др.), так как они не только возбуждают аппетит, но и восполняют в организме соль, которая в жаркую погоду и при напряженной физической работе усиленно выделяется с потом. Конечно, соленые заку-



ки нельзя употреблять в излишне больших количествах, потому что это может вызвать повышенную жажду. Для удовлетворения жажды в жаркие летние дни вместо воды рекомендуется употреблять хлебный квас, холодные отвары фруктов или ягод, горячий чай, морсы и т. д.

При составлении меню нужно учитывать также, что кушанья, составляющие обед, должны достаточно, но не чрезмерно насыщать. Для здорового человека одинаково вредно как полуголодное, так и пресыщенное состояние после принятия пищи.

Старинная пословица «Душа меру знает» не всегда верна. Не доверяйте этому сомнительному, а подчас и «коварному» методу измерения сытости. Вкусная и полезная еда — это еда умеренная.

Можно подобрать такие три-четыре и даже пять кушаний, которые вместе взятые дадут легкое и приятное насыщение, в то время как после иного обеда, состоящего всего из двух блюд, можно чувствовать излишнюю сытость, тяжесть и утомление. Сравните, к примеру, два таких меню: 1) салат из редиски, бульон с гречками, судак отварной, компот и 2) суп с пельменями, гусь жареный с капустой. Во втором случае обед состоит всего из двух блюд, но на деле он окажется значительно более плотным и тяжелым, чем первый, в меню которого четыре кушанья.

Предварительное составление меню необходимо и для того, чтобы правильно организовать работу по приготовлению пищи.

Ничто так не утомляет, как поминутная беготня за каждой мелочью в магазин и многократные хождения из комнаты в кухню и обратно. Особенно досадно бывает, когда во время готовки вдруг обнаруживается, что кончилась соль или нет лука, моркови, необходимой приправы, пряности.

Поэтому желательно иметь в своем хозяйстве постоянно возобновляемый, самый небольшой запас некоторых продуктов: муки пшеничной — 500 г, муки картофельной — 250 г, сухарей молотых — 200 г, сахарного песка — 500 г, соли крупного помола — 1 кг, соли столовой — 500 г, уксуса столового — $\frac{1}{2}$ л, желатина — 1 пачку, перца молотого черного — 1 пакет, перца молотого красного — 1 пакет, перца горошком черного — 1 пакет, перца горошком душистого — 1 пакет, лаврового листа — 25 г, масла растительного — $\frac{1}{2}$ л, жира животного — 500 г, масла сливочного или маргарина — 500 г.

В городских условиях желательно также иметь по крайней мере недельный запас картофеля, свеклы, моркови, лука, капусты. В условиях сельской местности обычно свежие, квашенные и соленые овощи запасают до нового урожая.

Чем меньше времени вы можете уделить приготовлению обеда, тем тщательнее и продуманнее нужно составлять меню.

Многие хозяйки готовят если не весь обед, то хотя бы одно блюдо на два-три дня. Это можно делать, если есть место для подходящего хранения пищи (холодильник, погреб и т. п.).

Мясной и грибной бульоны, приготовленные сразу на два-три дня и хранящиеся в холодильнике или погребе, можно приправлять различными продуктами — овощами, крупой, макаронными изделиями, получая таким образом разнообразные супы. Чтобы бульон, приготовленный впрок, лучше сохранился, его необходимо ежедневно кипятить.

Из отварного мяса, которое, так же как и чистый бульон, можно сохранять в холодильнике два-три дня, готовят разнообразные кушанья: его разогревают в бульоне и подают с овощным гарниром; его можно нарезать ломтиками, обвалить в яйце и сухарях и поджарить; вареное мясо можно также залить соусом и запечь; из него готовят начинки для блинчиков, запеканок с лапшой, макаронами, рисом, фарши для картофельных зраз; оно входит как составная часть во многие салаты и винегреты.

Необходимо, однако, предупредить, что мясо, отваренное впрок, обязательно следует основательно прогреть перед едой, то есть хорошо прожарить или проварить.

Надо подчеркнуть, что овощные блюда нельзя готовить на два дня, так как их хранение и повторное нагревание приводят к большим потерям витаминов.

Если по какой-либо причине вам неудобно в праздничный или выходной день пообедать вместе со своей семьей в столовой, позаботьтесь по крайней мере о том, чтобы обед был приготовлен накануне. Это стало вполне осуществимым теперь, когда мы имеем лишние два часа свободного времени перед выходными и праздничными днями.

Предлагаем вашему вниманию примерные меню обеда, в которых учтены как выходные дни, так и дни, когда женщина особенно занята работой по дому.

Зимнее МЕНЮ

Понедельник

В воскресенье обед не готовился, и поэтому его нужно приготовить полностью — сварить бульон, второе и сладкое блюда. Постараемся упростить работу: бульон (при наличии холодильника или погреба) можно приготовить на три дня, засыпать часть его лапшой или вермишелью, а на второе — кушанье из мясных или рыбных полуфабрикатов, для гарнира отварите картофель. Компот приготовьте на два дня.

Таким образом, меню на понедельник:

- 1) бульон с лапшой,
- 2) филе из судака или другой рыбы с отварным картофелем,
- 3) компот.

Вторник

У вас есть готовый бульон, поэтому можно приготовить борщ, щи, рассольник и т. п. Из вареного мяса, сохранившегося со вчерашнего дня, сделайте второе блюдо. Компот также остался от вчерашнего дня.

Меню:

- 1) суп-рассольник,
- 2) мясо отварное с макаронами,
- 3) компот.

Среда

Первое — готовый бульон, на котором сварить щи; на второе — мясное кушанье. Кисель сварить на два дня.

Меню:

- 1) щи,
- 2) зразы с овощным гарниром,
- 3) кисель.

Четверг

Так как многие хозяйки приучивают стирку или еженедельную уборку на пятницу, в четверг нужно сварить бульон на два дня, второе кушанье — тоже на два дня, а сладкое на четверг осталось со среды.

Меню:

- 1) суп перловый.
- 2) голубцы или жареная рыба с гарниром,
- 3) кисель.

Пятница

Обед готов. На сладкое — чай с печеньем.

Суббота

В этот день вы освобождаетесь на два часа раньше, поэтому можете приготовить более сложный обед на воскресенье. Бульон приготовьте на два дня, на второе в субботу подайте отварное мясо, с тем чтобы на воскресенье приготовить второе кушанье, которое больше всего нравится всем домочадцам.

Меню:

- 1) борщ,
- 2) отварное мясо, поджаренное в сухарях, с гарниром,
- 3) желе.

Воскресенье

Обед нужно только разогреть.

Меню:

- 1) бульон с гренками,
- 2) телятина жареная или домашняя птица с гарниром,
- 3) фрукты или чай с пирожным.

Летнее МЕНЮ



Летние меню значительно отличаются от зимних, так как в них чаще входят овощные, вегетарианские и холодные супы, которые, как правило, не рекомендуется готовить накануне. Поэтому наиболее целесообразно готовить на два дня не первое, а второе блюдо. Рекомендуем следующие летние меню на неделю:

Понедельник

Приготовить суп. Второе — на два дня.

Меню:

- 1) суп из свежих овощей,
- 2) рыба жареная с картофелем,
- 3) ягоды с молоком.

Вторник

Приготовить суп и сладкое.

Меню:

- 1) свекольник,
- 2) рыба жареная с салатом,
- 3) компот.

Среда

Приготовить суп и второе на один день.

Меню:

- 1) суп из свежих грибов,
- 2) творожники,
- 3) ягоды или фрукты.

Четверг

Приготовить обед на два дня.

Меню:

- 1) щи свежие,
- 2) мясо тушеное с гарниром,
- 3) желе.

Пятница

Обед разогреть и приготовить салат.

Меню:

- 1) вчерашний бульон с гренками,
- 2) мясо тушеное с салатом,
- 3) желе.

Суббота

Приготовить суп и второе на один день.
Испекь пирог на воскресенье.

Меню:

- 1) бульон куриный с лапшой,
- 2) рыба отварная с картофелем,
- 3) фрукты.

Воскресенье

Приготовить первое блюдо, на второе подать курицу, оставшуюся со вчерашнего дня, сделать к ней соус.

Меню:

- 1) окрошка,
- 2) курица отварная под соусом,
- 3) ягоды или фрукты.

О КУЛИНАРНОМ ИСКУССТВЕ И СПОСОБАХ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ

«Кулинарное искусство не для меня, — подумает иная молодая читательница. — Пусть овладевают им те, которые, кроме домашнего хозяйства, не имеют других занятий и интересов».

Легко обнаружить ошибочность и поспешность такого суждения. Разве опытная хозяйка тратит на приготовление пищи больше времени, чем неумелая? Разве сварить невкусный суп быстрее, чем вкусный?

Конечно, нет. Искусство кулинарии помогает не только приготовить вкусное и питательное блюдо, экономно расходуя продукты, оно учит, как сделать это быстрее и легче. Именно вам, потому что вы молоды, заняты, не хотите и не можете уделять приготовлению пищи слишком много времени, следует как можно настойчивее и быстрее овладевать этим искусством.

Кулинария потому и считается искусством, что основное и главное в ней построено на тончайших вкусовых восприятиях. Здесь играют роль даже самые незначительные количества тех или иных продуктов, самые легкие запахи и привкусы, которые нельзя обнаружить никакими другими приборами, кроме нашего обоняния и вкуса. Кулинарное искусство требует внимания, тщательности, привычки к чистоте и аккуратности; в нем все важно и нет мелочей.

Можно правильно отмерить и положить в кастрюлю необходимое количество продуктов, содержащих белки, жиры, углеводы, и в результате получить пищевую смесь, но отнюдь не кушанье, имеющее определенный вкус. Такая пища воспринималась бы как лекарство, она не возбуждала бы аппетита ни своим ароматом, ни внешним видом.

Нередко считают, что вкус кушанья зависит только от качества тех продуктов, которые положены в кастрюлю. Положите, дескать, побольше мяса лучшего качества и непременно получите самый вкусный суп. В действительности же можно приготовить очень вкусное и аппетитное кушанье из тех продуктов, которые сами по себе не обладают тонким вкусом и ароматом и даже имеют специфические привкусы, которые многим не нравятся.

Задача кулинарной обработки и сводится к тому, чтобы наиболее полно выявить лучшие свойства продукта, его вкус и запах,

сохранить в нем все полезные вещества и смягчить, уменьшить, устранить его недостатки.

Чем тоньше, привлекательнее вкус продукта, тем проще должен быть рецепт его приготовления. Обычно такой продукт ~~нуж~~дается в самом ограниченном количестве приправ, специй и пряностей, и нередко вкус его настолько хорош, что задача кулинарной обработки состоит только в том, чтобы этот вкус сохранить, подчеркнуть.

Правильно подобранный рецепт, выполнение указаний о продолжительности варки и других рекомендаций рецепта являются важнейшими условиями приготовления вкусной пищи. Нельзя без ущерба для вкуса блюда заменять один продукт другим, одну приправу другой, и если у вас нет под рукой всего необходимого для приготовления того или иного блюда, подберите другой рецепт, соответствующий тому набору продуктов, который у вас имеется. Из многочисленных рецептов, которыми располагает кулинария, всегда можно выбрать подходящий.

Среди профессионалов поваров распространено выражение: «Довести блюдо до вкуса». В старинных кулинарных книгах также иногда вместо указания на окончательную заправку блюда перед тем, как подавать его к столу или снять с огня, говорилось, что нужно его «довести до вкуса». Это выражение правильно определяет те процессы, которые следует провести для того, чтобы кушанье приобрело не только наилучший, но и наиболее удовлетворяющий вас вкус (добавление специй, соли, сахара, жиров, жидкости и т. п.). На стр. 173 вы найдете нормы закладки в первые и вторые блюда и закуски такой приправы, как соль. Но следует отметить, что восприятие соленого вкуса столь индивидуальное, что без опробования добавлять соль в пищу не следует.

Пищу надо пробовать, и неоднократно, в процессе ее изготовления, что позволяет не только своевременно внести необходимые исправления, но и определить готовность блюда. Существуют многочисленные способы определения готовности, и все они в той или иной степени дают правильные указания, но только проба на вкус дает исчерпывающий ответ.

Современная кулинария придает важную

роль и внешнему виду кушанья, а также той обстановке, которая окружает человека во время приема пищи. Вы, наверное, много раз замечали, насколько аппетитнее, соблазнительнее выглядят красиво оформленные кушанья. И в самом деле, даже самое вкусное кушанье, но кое-как положенное на тарелку и поданное на неаккуратно сервированный стол, кажется менее вкусным.

Кроме того, чтобы научиться готовить вкусную и здоровую пищу, нужно овладеть приемами и способами кулинарной обработки различных продуктов.

Приготовление пищи включает первичную (холодную) и тепловую обработку продуктов. Очистка их от загрязнений, удаление несъедобных частей, промывание, измельчение и придание нужной формы составляют первичную обработку, варка и жарение — тепловую.

Продукты отваривают в жидкости (воде, бульоне, молоке и др.) и на пару.

В кулинарии применяются три основных способа отваривания в жидкости: обычная варка, припускание и тушение. При обычной варке (примером которой может служить приготовление супов и бульонов) используется большое количество жидкости. Для припускания применяется небольшое количество жидкости или собственный сок продукта. В этом случае жидкость только частично покрывает продукт. Тушением называют варку в малом количестве жидкости с добавлением корней и приправ.

Варка продуктов на пару проводится без непосредственного соприкосновения их с жидкостью.

Для обычной варки применяют посуду больших размеров. Наилучшими считаются эмалированные кастрюли, но при изготовлении пищи в русской печи, как это еще имеет место в сельских местностях, предпочтительнее отдавать чугунной посуде, покрытой внутри эмалью, или глиняным горшкам, покрытым глазурью, так как от сильного нагрева не только дно, но и всей поверхности посуды в русской печи обычная эмалированная кастрюля быстро выходит из строя.

Для припускания и тушения очень удобна невысокая, широкая посуда с крышкой — сотейник. Наилучшими считают сотейники с толстыми стенками и дном. Для варки на пару применяют специальные котлы с сетками или металлические решетки, которые вставляются в обычную кастрюлю.

В этом случае продукт кладут на сетку или решетку и помещают так, чтобы он не соприкасался с кипящей жидкостью.

Практически любой продукт растительного и животного происхождения можно сварить, но, конечно, далеко не все продукты приобретают при варке наилучший вкус. Вы легко можете убедиться в том, что гуси, утки, жирная свинина и баранина, а также навага, лещ, сазан, карп, карась значительно вкуснее жареными, чем вареными.

Припускать можно те мясные, рыбные, овощные продукты, которые обладают достаточной мягкостью: молодых кур, цыплят, рубленые изделия из мяса и домашней птицы, осетровую рыбу, палтус, налима, а также капусту, морковь, репу, шпинат, шавель. Помидоры, кабачки, тыкву обычно припускают без добавления жидкости, в собственном соку.

Тушеными готовят разнообразные кушанья из мясных, рыбных и овощных продуктов.

Для варки на пару в домашней кухне чаще всего используют осетровую рыбу, судака, изделия из рубленого мяса, картофель и др.

Жарение в зависимости от количества используемого жира подразделяют на обычное, при котором количество жира не превышает 5—10% от веса продукта, и жарение в большом количестве жира (соотношение жира и продукта 4:1). Последний способ называют жарением во фритюре.

При обычном обжаривании продукт выкладывают на сковороду, которую предварительно разогревают с жиром. Обжарив продукт до образования золотистой или румяной корочки на стороне, прилегающей ко дну сковороды, его переворачивают и так же обжаривают с другой стороны. В случае необходимости после обжаривания на плите кушанье можно довести до готовности в духовом шкафу. Непосредственно в духовом шкафу или в русской печи жарят крупные куски мяса, целые тушки поросят, домашней птицы и дичи, а также выпекают изделия из теста и запекают некоторые овощные, крупяные, мясные и рыбные блюда. Равномерный нагрев в духовом шкафу или в русской печи позволяет жарить продукт, не переворачивая его на другую сторону.

Для жарения на плите или керосинке применяют сковороды, из которых наилучшими считаются чугунные. Для жарения

в духовом шкафу, а также в русской печи мяса, дичи, птицы используют гусятницы или противни с высокими бортиками. Для выпечки мелких изделий из теста удобны противни, которые с одной стороны не имеют бортика. Для запеканок, пудингов используют специальные формы из металла или керамики. Можно обжаривать продукты и на вертеле или на специальной металлической решетке, укрепленной над раскаленными углями. Этот способ применяют для приготовления шашлыков из мяса и рыбы и некоторых других кушаний среднеазиатской и кавказской кухни. Для жарения во фритюре нужна достаточно глубокая посуда с толстыми стенками и дном — чугунок, казан или глубокая чугунная сковорода.

В небольшом количестве жира можно жарить самые разнообразные продукты. Для этой цели вполне пригодна рыба и мясные продукты, которые обладают необходимой мягкостью тканей. Жареными вкусны все овощи, кроме капустных; последние при жарении столь быстро теряют влагу, что становятся сухими и безвкусными. Для устранения этого недостатка белокочанную, цветную, брюссельскую, савойскую капусту перед обжариванием варят или припускают.

Во фритюре в домашних условиях чаще всего жарят пирожки, пончики, хворост, картофель.

Для варки некоторых кушаний или для поддержания необходимой температуры готового изделия используют и такое приспособление, как водяная баня.

В домашних условиях примитивную водяную баню устраивают таким образом: в большую посуду (кастрюлю, глубокий тазик) помещают посуду меньших размеров, в которой находится приготовляемое кушанье; затем в большую посуду наливают горячую воду до $\frac{3}{4}$ высоты меньшей посуды.

Во время варки вода, в которую помещена посуда с кушаньем, должна сохранять равномерную температуру, близкую к той, при которой вода кипит (несколько

ниже 100°). Если вода начинает закипать, в нее вливают несколько столовых ложек холодной воды и немного уменьшают нагрев.

На водяной бане сохраняют до подачи к столу суп-пюре и соусы, заправленные яичными желтками или маслом. На этой бане готовят некоторые пудинги, суфле и т. п.

Полезными для хозяйки, когда она готовит пищу, могут оказаться и эти таблички сравнительных мер отдельных продуктов.

Сравнительная таблица веса и меры некоторых продуктов

Продукты	Содержание (в г)	
	в стакане (250 см ³)	в столовой ложке
Мука пшеничная	160	25
" картофельная	200	20
Крупа гречневая	210	25
" перловая	230	25
" ячневая	180	20
" "Геркулес"	90	12
" манная	200	25
Рис	230	25
Пшено	220	25
Фасоль	220	—
Горох лущеный	230	—
Сухари молотые	125	15
Масло животное (растоп- ленное)	245	20
Молоко цельное	250	20
" сгущенное	—	30
" сухое	120	20
Сметана	250	25
Сахарный песок	200	25
	в столовой ложке	в чайной ложке
Соль	30	10
Желатин (в порошке)	15	5
Уксус	15	5

Вес одной штуки овощей среднего размера (в г)

Морковь	75
Картофель	100
Луковица	75
Огурец	100
Петрушка	50

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ ОБЕДА

Приступая к приготовлению обеда, нужно знать и точное время обеда и продолжительность готовки того или иного блюда.

При любых условиях режима дня, занятий и работы время обеда стараются установить такое, при котором, если не все чле-

ны семьи, то хотя бы большинство из них могут обедать одновременно. Это объясняется не только вполне естественным желанием встречи всех членов семьи за столом, но и интересами работы в домашнем хозяйстве, так как понятно, что легче и удобнее сервировать стол, подать обед и убрать посуду один раз, чем делать это многократно. Но главным все же является самое существенное соображение — правильный режим и гигиена питания.

Надо помнить также, что слишком длительная тепловая обработка продуктов разрушает многие ценнейшие пищевые вещества. В овощах, к примеру, продолжительная варка уменьшает количество витаминов. Питательность переваренной или пережаренной пищи снижается также из-за ухудшения ее вкуса. Как только обед готов, его тотчас же нужно подавать к столу.

Поэтому начинать приготовление обеда нужно с тех кушаний, которые требуют продолжительной варки, и с блюд, которые подают к столу охлажденными.

Вот, к примеру, в какой последовательности нужно готовить обед из трех блюд: щи или борщ на мясном бульоне, рубленые котлеты с зеленым горошком и компот из свежих фруктов.

Тщательно моют мясо и отделяют от него часть мякоти для котлет. Освобождают мякоть от пленок и сухожилий, складывают в посуду и ставят в прохладное место. Оставшееся мясо с костями, пленки и сухожилия кладут в кастрюлю, заливают холодной водой и ставят на огонь.

Чистят, перебирают, моют и нарезают фрукты, варят компот и ставят его в холодное место.

К этому времени на поверхности бульона образуется пена, которую нужно удалить, чтобы сохранить прозрачность бульона, затем уменьшают огонь и продолжают варку при слабом кипении, то есть при едва заметном движении жидкости в кастрюле.

Замачивают в холодной воде или молоке черствый мякиш белого хлеба, пропускают мясо через мясорубку, заправляют фарш, разделяют котлеты, обваливают их в молотых сухарях и, положив на доску, прикрывают чистой тканью.

Чистят, моют, нарезают овощи. Коренья (петрушку, морковь, сельдерей и др.) и репчатый лук слегка тушат с жиром, сня-

тым с бульона (это придаст супу красивый цвет и приятный аромат).

Если мясо готово, вынимают его из супа, кладут в другую посуду, дают ему остыть, после чего помещают на холод. Увеличивают огонь, доводят бульон до сильного кипения и опускают овощи в такой последовательности: вначале поджаренные коренья и лук, затем свеклу, через некоторое время капусту, морковь и в конце картофель. Заправляют суп по вкусу.

Ставят на плиту сковороду и посуду с горячей водой для варки зеленого горошка, если он замороженный. Если же горошек консервированный, то выливают его из банки вместе с жидкостью в кастрюлю и ставят на огонь.

Поджаривают котлеты и заправляют маслом зеленый горошек.

Подают обед к столу.

Теперь предположим, что в меню вашего обеда входят окрошка, жареная рыба с картофелем и кисель. В таком случае прежде всего нужно подготовить рыбу — очистить, выпотрошить, нарезать порционными кусками, сложить в посуду и вынести на холод.

После этого нужно подготовить картофель. Его тщательно и многократно промывают, не очищая от кожицы, заливают холодной водой, ставят варить.

Пока варится картофель, можно начать приготовление киселя, для чего ягоды перебирают, удаляя испорченные, моют, разминают деревянным пестиком, отжимают из них сок. Оставшуюся после отжатия сока массу кладут в кастрюлю, заливают горячей водой и ставят на огонь.

В это время картофель обычно уже готов. Выливают воду из кастрюли и оставляют картофель в посуде, чтобы потом очистить от кожицы.

Процеживают клюквенный отвар, добавляют в него сахар, ставят на огонь,вливают разведенную в холодной воде картофельную муку и, помешивая, доводят до кипения, после чего кисель снимают с огня, тотчас же добавляют в него отжатый клюквенный сок, хорошо перемешивают и ставят охладить.

Теперь можно отварить яйца, очистить картофель от кожицы и нарезать ломтиками для гарнира к рыбе и мелкими кубиками для окрошки, а также нарезать свежие огурцы, зеленый лук, яйца и мясные продукты.

Разогревают две сковороды с жиром, на

одну кладут рыбу, на другую — картофель. Пока они жарятся, подготовленные для крошки продукты заливают квасом и заправляют.

В другой последовательности готовят обед, в состав которого входят вегетарианский овощной суп, второе из порционных кусков мяса с жареным отварным картофелем и кисель.

В этом случае приготовление обеда начинают с варки киселя и картофеля. Готовый кисель ставят на холод, а картофель слегка охлаждают и очищают от кожицы.

Затем наливают в кастрюлю воду и ставят ее на огонь. В это время чистят, моют, нарезают овощи, опускают их в кипящую воду и варят, после чего заправляют суп. Разогревают одновременно на плите две сковороды с жиром, кладут мясо (бифштекс, ромштекс, антрекот и т. п.) на одну сковороду, картофель — на другую.

Приготовление обеда, в состав которого входит мясо, тушенное крупным куском,

кушанье из жареного гуся, индейки или уток, начинают с подготовки этих блюд, так как они требуют продолжительного времени тушения или жарения.

Обед, в меню которого входят блюда из жареного порционными кусками мяса (отбивные котлеты, шницели, ромштексы, эскалопы, шашлыки), а также рубленые котлеты из говядины, баранины, мяса домашней птицы и жареная печенка, следует готовить в такой последовательности, чтобы обжарить мясо непосредственно перед подачей его к столу. Вкус этих кушаний значительно ухудшается даже после самого непродолжительного хранения — мясо становится грубее и суше.

Непосредственно перед подачей к столу заправляют сливочным маслом супы-пюре, сметаной — зеленые салаты, обжаривают оладьи из дрожжевого теста. Эти особенности, как правило, отмечаются в рецептах приготовления блюд, и подобными указаниями не следует пренебрегать.

КАК ОБЛЕГЧИТЬ И УСКОРИТЬ ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПИЩИ

Упростить и ускорить приготовление пищи для семьи значило бы во многом облегчить труд в домашнем хозяйстве. Но сделать это можно, конечно, только правильно организовав питание, а не ухудшая качество пищи, ее вкус или внешний вид.

Нельзя, например, без ущерба для семьи заменять обычный обед закусками, гастрономическими продуктами, чаем с бутербродами. Приготовление такой пищи отняло бы меньше времени и труда, но результаты еды всухомятку не преминули бы сказаться на здоровье. Неразумность такого питания ощутимо отразилась бы и на бюджете семьи, так как систематическая еда всухомятку не только вредна, но и неэкономна.

Есть более целесообразные средства помочь и облегчить занятой женщине организацию питания семьи. Это прежде всего: 1) обед в столовой; 2) готовый обед, который столовая отпускает на дом; 3) домашний обед, приготовленный из полуфабрикатов в сочетании с некоторыми консервами и концентратами; 4) комбинированный обед, состоящий из кушанья, приготовленного дома, и блюда, принесенного из столовой; 5) обычный обед, состоящий из блюд быстрого приготовления.

Выбор того или иного обеда зависит от работы и занятий домохозяек, состава семьи, ее бюджета и от многих других условий.

Для четы молодоженов, для бездетной семьи обед в хорошей столовой может быть правильным и разумным решением. В пользу этого — и качество обеда (так как повар-специалист готовит вкуснее, чем молодая неопытная хозяйка), и его цена (если не дешевле, то, во всяком случае, не дороже такого же домашнего), и, наконец, очевидная и разительная экономия времени и труда.

Организовать совместный обед в столовой для маленькой семьи, состоящей всего из мужа и жены, сравнительно просто, но собирать ежедневно в столовой большую семью трудно, а иногда и невозможно.

Однако и для большой семьи отказаться от услуг столовой было бы неразумно. Наоборот, в праздничные и выходные дни, когда все отдыхает, нужно и женщине предоставить наиболее полный отдых, освободить ее от трудной работы: от подготовки продуктов, варки обеда, сервировки стола, мытья посуды. В такие дни можно пойти обедать в столовую. В столовой или в ресторане можно иногда при-

нять гостей, отметить праздник, семейное торжество.

Большие удобства для ежедневного питания семьи представляют обеды, которые предприятия общественного питания отпускают на дом. Такой обед экономит время и труд хозяйки и стоит дешевле, так как обеды на дом столовые отпускают с некоторой скидкой в цене.

Каждая семья имеет свои требования к пище, свои привычки и вкусы. Между прочим, количество излюбленных в семье кушаний обычно бывает ограниченным — содержит пять-шесть супов и, наверное, столько же вторых блюд, которые повторяются.

Бесспорно, что ассортимент кушаний, составляющий меню хорошей столовой, значительно разнообразнее и шире. Но при массовом изготовлении блюд в столовой трудно учесть все индивидуальные вкусы. Этот недостаток можно при желании уменьшить. Блюдо, принесенное из столовой, без больших затрат труда и времени можно приспособить к потребностям данной семьи, в процессе разогревания заправив его в соответствии с индивидуальными вкусами. Если щи или борщ, принесенные из столовой, кажутся вам пресными, можно добавить в них летом или осенью свежие помидоры. Для этого помидоры нарезают ломтиками и слегка тушат с жиром, маслом или маргарином в кастрюльке, под закрытой крышкой. Зимой и в те сезоны, когда свежих помидоров нет, в щи или борщ добавляют томат-пюре или томат-пасту, которые также следует протушить с жиром, а в зависимости от вкуса и с мелко нарезанным, слегка поджаренным репчатым луком.

Приятный вкус шам и борщу придадут добавленные в них при разогревании готовые томатные соусы, такие, как «Соус

томатный острый», «Кубанский», «Южный» и др.

Свежие помидоры или готовые томатные соусы можно добавлять и в рисовый суп и в суп с макаронными изделиями. Эти же приправы хорошо сочетаются с овощными супами, солянками, харчо.

Для придания супу необходимой густоты и улучшения его вкуса суп можно заправить и смесью сливочного масла с мукой. В этом случае масло (1 столовая ложка) растирают с мукой (1 столовая ложка), слегка разводят небольшим количеством жидкости супа (2—3 столовые ложки), а затем вливают, помешивая до полного растворения, в разогревающийся суп и доводят его до кипения.

В суп-пюре, принесенный из столовой, перед подачей к столу можно добавить сливочное масло. Для этого охлажденное сливочное масло опускают маленькими кусочками в разогретый суп, снятый с огня, все время помешивая его, чтобы масло полностью растворилось, а затем тут же подают суп на стол. Таким способом можно заправить суп-пюре из риса, картофеля, фасоли, гороха, помидоров, моркови и т. п.

Хорошей заправкой для многих супов-пюре являются сливки, которые добавляются в конце разогревания.

Небольшое количество сметаны придает многим супам лучший вкус и большую питательность. Молочные супы из столовой можно заправить сливочным маслом. В те сезоны, когда в продаже имеется свежая зелень (петрушка, укроп и др.), ее нужно чаще применять. Приятный аромат и дополнительное количество витаминов — хорошие качества этой приправы.

Вторые мясные блюда, полученные в столовой, также можно приспособить к индивидуальным вкусам семьи. Подогревание вторых жареных мясных кушаний с добавлением жира, заправка их сметаной, соусом и т. п. обычно в значительной степени изменяют и улучшают их вкус и вместе с тем отнимают только несколько минут. Горячая мясная или куриная котлета становится вкуснее, аппетитнее, сочнее, если после разогревания положить на нее кусочек сливочного масла. Очень приятный вкус котлетам и зразам может придать добавленная в конце разогревания сметана. На шесть котлет достаточно бывает 1—2 столовых ложек сметаны.

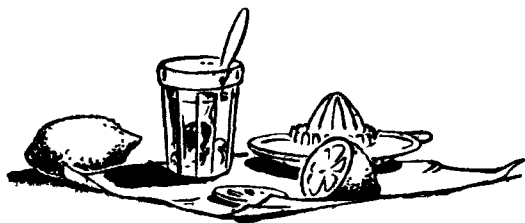


Вкусный соус для котлет, тефтелей, зраз, рулета можно приготовить, протушив мелко нарезанный лук с жиром, а потом с томатом-пюре.

Растертая с маслом мука ($1\frac{1}{2}$ столовой ложки муки и столько же масла), добавленная в конце разогревания в беф-строганов, тефтели или биточки, также является хорошей заправкой для кушаний.

Вкус таких холодных закусок, как винегреты, некоторые салаты, рубленая селедка, значительно улучшается при добавлении нескольких чайных ложек майонеза.

Компот из сухих и свежих фруктов становится гораздо питательнее и вкуснее,



если в него добавить немного сока, отжатого из лимона. Несколько столовых ложек десертного или столового виноградного вина придает компотам своеобразный и очень приятный вкус.

Имеющиеся в продаже разнообразные готовые соусы, яблочные пюре, строго умеренное количество специй и широкое использование таких гарниров, как квашеная капуста, соленые огурцы, хрен с уксусом, а летом — свежие помидоры, огурцы, редиска, зеленые салаты, не только дополнительно обогащают пищу витаминами и другими полезными и необходимыми пищевыми веществами, но и придают ей желаемый вкус.

В помощь хозяйке, в особенности занятой женщине, наша пищевая промышленность вырабатывает в разнообразном ассортименте полуфабрикаты, консервы, концентраты и продукты быстрого замораживания.

Приготовление блюд из мясных полуфабрикатов — бифштексов, отбивных котлет, эскалопов, гуляша, азу, мясных и куриных рубленых котлет, пельменей и т. п., а также из рыбного филе — отнимает приблизительно 10—12 минут и

вполне доступно для молодой и недостаточно опытной хозяйки.

Вкусное и аппетитное, к тому же недорогое второе блюдо, питательный завтрак или ужин можно приготовить в течение нескольких минут из сосисок или сарделек.

Мясные и рыбные консервы пригодны и для первых и для вторых блюд обеда. Приготовление кушанья из консервов занимает не более 25—30 минут, то есть столько времени, сколько требуется для варки овощей, картофеля, крупы, макаронных изделий, для заправки супа или приготовления гарнира ко второму блюду. Консервы добавляются в супы и вторые блюда перед окончанием варки, их нужно кипятить не дольше 5—7 минут.

Совсем мало времени отнимает приготовление обеда из готовых консервированных супов — щей, борщей, свекольников и др., из консервированных вторых блюд — тушеного мяса с макаронами, фасолью, бобами и т. п.

Из мясных консервов «Мясо тушеное» и «Мясо жареное» можно приготовить много различных первых блюд. Хорошим вкусом отличаются щи из свежей или квашеной капусты, борщи, рассольники, харчо, картофельные, крупяные, овощные супы и супы с макаронными изделиями, в которые добавлены мясные консервы.

Из рыбных консервов (особенно таких, как консервированные в собственном соку дальневосточные лососи — кета, чавыча, горбуша и др.) можно легко и быстро приготовить вкусную уху, рассольник, щи с квашеной капустой, ботвинью и т. п.

Мясные и рыбные консервы в разогретом виде с добавлением в качестве гарнира овощей или макарон могут служить



вполне доброкачественными вторыми блюдами обеда.

Все более широким становится ассортимент первых, вторых и сладких блюд из концентратов. Лишь несколько минут занимает, к примеру, приготовление из концентратов гречневой каши или грибного перлового супа, в то время как варка этих кушаний из обычных продуктов продолжается 2—3 часа.

Гастрономические товары: свинокочности, колбасы, ветчину и др. — можно также использовать для быстрого приготовления вторых блюд, но следует учесть, что эти продукты далеко не всегда пригодны для детского и диетического питания.

Однако использовать только консервы, концентраты и гастрономические товары для ежедневного приготовления обеда нецелесообразно. Эти продукты, обладающие рядом достоинств, все же не могут повседневно и полностью заменить собой обычные свежие, неконсервированные овощи, мясо, рыбу, молоко, яйца и т. п.

Из года в год возрастает выпуск замороженных готовых блюд и полуфабрикатов из рыбы, мяса, овощей и ягод. Эти продукты обладают рядом ценных качеств, в чем уже, очевидно, могли убедиться хозяйки, испробовавшие замороженные зеленый горошек, овощные смеси для супов, помидоры, разнообразные фрукты и ягоды.

Для того чтобы облегчить приготовление обеда, можно также с успехом сочетать готовое кушанье, принесенное из столовой, с тем, которое вы сами приготовите дома. Целесообразнее в данном случае брать в столовой супы, так как на приготовление их дома затрачивают обычно не менее 2—3 часов.

Не только разные продукты требуют варки или жарения различной продолжительности, но и кушанье из одного и того же продукта может быть приготовлено в течение и нескольких минут и нескольких часов. Так, говядина тушеная бывает готова не ранее, чем через полтора-два часа, в то время как беф-строганов можно приготовить в течение 15—20 минут.

Правильный выбор среди всего разнообразия пищевых продуктов таких, которые не требуют продолжительной варки, а из многочисленных рецептов приготовления блюд — такого, который можно быстро выполнить, в значительной мере



облегчает и сокращает трудоемкую работу приготовления обеда.

Быстро приготовить кушанье можно из молочных продуктов. Молочные супы с крупой, макаронными изделиями и молочные каши обычно бывают готовы через 15—25 минут. В течение нескольких минут готовятся яичница-глазунья, омлет, яичница с колбасой, ветчиной, сосисками, помидорами. Отличные по вкусу и питательности блюда из творога — творог со сметаной или молоком, творожники, запеканки — также не требуют продолжительной варки или жарения.

Почти все свежие, в особенности ранние, овощи за редким исключением можно приготовить очень быстро. Отваривание, тушение, жарение картофеля (особенно молодого), капусты, моркови, кабачков, баклажанов, цветной капусты, зеленой фасоли требуют не более 20—30 минут.

Блюда из лапши, вермишели, макарон, запеканки, каши и котлеты из манной крупы, риса, крупы «Артек», овсяных хлопьев «Геркулес» и др. можно приготовить в течение 15—40 минут.

Без всякой кулинарной обработки используют отличные по вкусу и питательности «взорванные» зерна (воздушный рис, воздушную пшеницу, воздушную кукурузу), кукурузные и пшеничные хлопья, представляющие собой совершенно готовые к употреблению продукты специальной переработки зерен кукурузы, пшеницы и риса.

К блюдам быстрого приготовления относят также многочисленные отварные и жареные кушанья из рыбы. Рыбные супы,

отварную, паровую, жареную рыбу готовят в течение 30—60 минут.

Многие умеют использовать оставшиеся от обеда или завтрака продукты и кушанья, создают у себя дома своеобразные «полуфабрикаты» или «заготовки», которые дают возможность приготовить кушанье в течение самого короткого времени.

Из черствого белого хлеба, например, можно приготовить гренки для супа, использовать его для добавления в различные фарши, для приготовления панировочных сухарей; из этого хлеба получают очень вкусные пудинги.

Из остатков черного хлеба готовят пудинги, из них можно сделать и вкусный квас. Нарезав черствый черный хлеб небольшими аккуратными кубиками и подсушив их в духовом шкафу, можно подавать эти черные сухарики к простокваше и кефиру. Если перед тем как поставить в духовой шкаф, эти сухарики слегка посолить, они будут приятной закуской к пиву.

Гречневую кашу, оставшуюся от обеда, можно использовать как вкусное блюдо к ужину или завтраку, разогрев ее с жиром и добавив в нее рубленые крутые яйца. Многие любят эту кашу с поджаренным луком и жиром домашней птицы.

Оставшуюся манную кашу используют в холодном виде с киселем. Из манной, рисовой, пшенной каши можно приготовить оладьи и запеканки; нарезав ломтиками холодную густую кашу, обваляв эти ломтики в яйце и сухарях и поджарив их, получают питательное и аппетитное кушанье к завтраку или ужину.

Сделав погуще тесто, оставшееся от блинчиков, и добавив в него дрожжи, можно испечь оладьи; из остатков вареного или жареного мяса можно приготовить салат; холодные поджаренные котле-

ты годятся и для бутербродов и для начинки картофельных зраз, запеканок из макарон и лапши и т. п. В соусе, оставшемся от тушения или жарения мясных продуктов, можно протушить овощи: картофель, морковь или капусту.

Серьезно облегчает и ускоряет приготовление пищи для семьи применение газовых и электрических плит, разнообразных домашних машин, усовершенствованного кухонного инвентаря и приспособлений.

Заслуживает внимания кастрюля-скороварка, плотно прилегающая крышка которой наглухо запирается, что позволяет образуемому в кастрюле пару достигать большого давления. В такой скороварке можно сварить мясо за 15 минут.

Механизация труда в домашнем хозяйстве, выпуск машин и приборов, заменяющих или облегчающих ручной труд, за последние годы сделали большие успехи. Наша промышленность в настоящее время выпустила в продажу так называемый «кухонный комбайн» — универсальную машину, оборудованную мясорубкой, овощерезкой, соковыжималкой, кофемолкой, картофелечисткой, тестомесилкой, миксером (смесителем). Конечно, такой сложный механизм, еще, возможно, и не нужен в вашем маленьком хозяйстве. Но небольшие приспособления и приборы, которые в большом ассортименте появляются на прилавках хозяйственных магазинов, бывают очень нужны и удобны. Облегчают работу такие приспособления, как маленькая круглая терка для очистки рыбы от чешуи, специальный желобковый нож для чистки картофеля, машинка для нарезания овощей, соковыжималка, венчик для взбивания белков и сливок, приспособление для нарезания крутых яиц или лапши, различные насадки на мясорубки, кондитерские шприцы для кремов и т. п.

О ПИЩЕ РЕБЕНКА

Особое место в организации питания семьи занимает приготовление пищи для ребенка.

Существенными особенностями детского питания являются специальный набор продуктов, строжайшее соблюдение рецептуры блюд и всех гигиенических правил их приготовления. Пища ребенка и в домаш-

них условиях должна готовиться так же тщательно, с точным соблюдением рецептуры и гигиенических правил, как это имеет место в хорошо организованных специальных детских молочных кухнях.

Приготовление пищи для малыша — дело гораздо более сложное, чем для взрослых людей.

Сварить, к примеру, манную кашу для завтрака взрослых людей — задача нехитрая. В зависимости от желания и вкуса ее можно приготовить на цельном молоке или на воде, из поджаренной или нежареной крупы, с солью или с сахаром, густую или жидкую. Иначе обстоит дело, когда нужно сварить манную кашу малышу, так как для ее усвоения организмом маленького ребенка очень важна строгая дозировка молока, крупы, соли, сахара, а также и продолжительность варки.

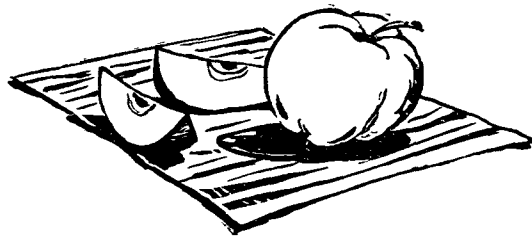
Малышу ничего нельзя готовить ни на два дня, ни на целый день, так как для него пригодна и особенно полезна пища, приготовленная непосредственно перед ее использованием.

Для детского питания требуются безукоризненно свежие продукты, поэтому ничего хотя бы и доброкачественного, но «лежалого» использовать нельзя.

Нельзя также упрощать меню малыша. Ошибочно думают те, которые считают, что без ущерба для здоровья ребенка значительную часть его питания можно заменить молоком. Следует помнить, что в детском питании одинаково вредны как избыток, так и недостаток молока. Избыточное количество молока и замена им всех других необходимых продуктов может вызвать малокровие и нарушить пищеварение (запоры), а недостаток молока не только обедняет стол ребенка, лишая его всех тех ценнейших веществ, которые содержит этот продукт, но и значительно ухудшает вкусовые качества пищи, затрудняя тем самым ее усвоение.

Кормлению маленького ребенка большую помощь оказывает специальная детская молочная кухня. К этому следует добавить, что наша пищевая промышленность в последнее время стала выпускать различные питательные смеси и консервы для маленьких.

Для новорожденных до трех-четырехнедельного возраста, если они нуждаются в искусственном или в смешанном вскармливании, пищевая промышленность выпускает специально приготовленные сухие молочные смеси, состоящие из коровьего молока, наполовину разведенного рисовым или овсяным отваром (Б-рис и Б-овес). Для малышей после трех-четырехнедельного возраста эти смеси готовятся уже в другой пропорции: $\frac{2}{3}$ молока и $\frac{1}{3}$ крупяного отвара (В-рис и В-овес).



Для детей грудного возраста вырабатывают также специальное сухое молоко, состоящее из смеси коровьего молока, сливок и молочного сахара. Это молоко близко по своему составу к грудному и очень хорошо усваивается организмом детей.

Для детей старше четырех-пяти месяцев выпускают специальные питательные смеси из круп, овощей и фруктов (рисово-молочная смесь с морковью, витаминизированная овоще-мучная смесь, различные питательные смеси из рисовой крупы, толкна, гречневой крупы с добавлением моркови, шпината, яблок, тыквы и др.).

После пяти-шестимесячного возраста детям можно давать (приготовив, как это указано на этикетках) сухую 5-процентную манную кашу, сухой молочный кисель, пюре из шпината с молоком, пюре из яблок с молоком. Для детей старше шести-семи месяцев можно использовать консервированные супы-пюре (суп-пюре из печени, суп-пюре из говядины или из

курицы), консервированный мясо-овощной суп, порошкообразные супы-пюре.

В продажу выпускаются различные витаминные препараты, которые, конечно, как все продукты и блюда, можно давать маленьким детям, только строго выполняя указания и советы врачей.

Пособия по детскому питанию¹ расскажут вам, как и когда можно перевести ребенка на общий стол и что именно и в этом случае для него надо готовить отдельно.

Для ухода за вашим малышом, для обеспечения ему правильного питания не жалейте своего времени и труда, не ищите более простых и легких решений, а выполняйте точно все, что вам предписала детская консультация.

Когда ребенок подрастет, ваш труд по приготовлению его пищи станет несравненно легче, но все же еще долго и даже тогда, когда малыш станет школьником, его питание должно вызывать вашу особую заботу.

НЕСКОЛЬКО ЗАМЕЧАНИЙ ОБ ЭКОНОМИИ

В жизни молодой семьи часто возникает серьезный вопрос о том, как обеспечить здоровое и полноценное питание, расходуя на это не слишком много денег. Разумная экономия может, если не решить, то, во всяком случае, значительно облегчить решение этой задачи.

Прежде всего нужно запомнить, что чрезмерно обильное и дорогое питание не всегда самое здоровое и полезное. Дорогостоящие продукты не при всех условиях — самые полноценные и самые лучшие для здоровья человека.

Любой врач подтвердит, что многие заболевания (не говоря уже об излишней полноте и ожирении) возникают из-за неумеренного использования некоторых дорогих продуктов.

Излишек жиров, гастрономических и кондитерских изделий, мяса, яиц вреден. Питание, в котором эти продукты занимают необходимое, но не преувеличенно большое место, становится не только более дешевым, но и, бесспорно, более полезным.

Надо помнить, что источником жиров может быть и сливочное масло и маргарин. Полноценные белки содержатся и в мясе и в твороге. Витамины и минералы и зеленый лук. Богаты углеводами и дорогие конфеты и клюквенный кисель.

Умение выбрать для того или иного блюда недорогие и полезные продукты — одно из основных условий правильного решения сложной задачи экономного питания семьи.

Полноценные белки содержатся и в дорогих и в дешевых сортах мяса, по пита-

тельности блюдо из кролика не уступает блюду из фазана, а кушанье из трески немногим уступит кушанью из осетрины.

Вкус любого кушанья, и дорогого и дешевого, в значительной мере зависит от умения хозяйки. Это умение помогает и из дешевого мяса приготовить отличный суп, сочные и аппетитные котлеты.

Но, конечно, никакое искусство не может восполнить отсутствие необходимого количества полноценных белков или недостатка витаминов. Можно заменить дорогое мясо дешевым, заменить мясо рыбой или творогом, можно на первое приготовить молочный суп, а на второе омлет или овощное кушанье, но нельзя вместо всего этого приготовить только одну кашу.

Фрукты и ягоды не только соблазнительны, но и очень полезны. Никакие соображения экономии не должны лишать вашего ребенка этих продуктов, необходимых для его питания, но вы и ваш муж молоды и здоровы, поэтому без всякого ущерба вы можете заменить для себя апельсин или грушу сочной морковкой, арбузом или помидором.

Дорогие сладости, шоколадные конфеты менее нужны и полезны ребенку, чем, например, бутерброд с джемом, повидлом или мармеладом.

Конечно, нельзя экономить на установленном врачом диетическом или лечебном питании. В таких случаях пища лечит, и расходы на нее столь же обязательны, как и расходы на лекарства.

В экономном питании значительное место должны занимать супы, так как эти первые блюда обеда стоят, как правило, дешевле вторых и хорошо насыщают. Щи, борщи, рассольники, овощные супы сытны,

¹ «Детское питание». Москва, Госторгиздат, 1957.

питательны и полезны. Опытные хозяйки считают, что мясные супы особенно выгодны, так как они насыщают лучше других, а мясо, отваренное в супе, можно использовать для таких вторых блюд, как вареное мясо с гарниром из овощей, крупяных или макаронных изделий; вареное мясо, запеченное с соусом и овощами; мясо отварное с хреном или с зеленым салатом.

Из вареного мяса вместе с различными продуктами можно приготовить разнообразные мучные, крупяные и овощные запеканки. Из него готовят начинки для блинчиков, пирогов, пирожков и кулебяк; его используют и для приготовления своеобразных пельменей-«колдунов» (пельменей с вареным мясом), картофельных зраз. Это мясо добавляют в различные салаты и винегреты.

Для того чтобы второе мясное или рыбное кушанье было достаточно сытным и недорогим, к нему нужно подавать побольше гарнира. Небольшого куска мяса или рыбы может быть недостаточно, если вместе с ним подать немного картофельного пюре, но если на гарнир, кроме пюре, дать квашеную капусту и немного тушеной моркови, такое блюдо станет и сытнее, и полезнее, и вкуснее.

Гарниры вообще играют значительную роль в обеде. Эти обычно недорогие добавки делают кушанье не только более объемным, но и значительно более разнообразным. Котлеты с кашей или котлеты с овощами — это, по сути говоря, совсем разные кушанья не только по вкусу, но и по содержанию пищевых веществ, не говоря уже о том, что овощной гарнир облегчает усвоение мясных и рыбных кушаний.

Особенно нужны гарниры к жирным блюдам из свинины, баранины, птицы или рыбы. В этом случае сам гарнир обходится совсем недорого, так как на его приготовление не требуется дополнительного расхода жиров.

Из мясных вторых блюд выгоднее всего рубленые котлеты, биточки, тефтели, рулеты, зразы. При жарении или тушении мясо сильно уменьшается в весе и в объеме. Разделить, например, 500 граммов мяса на пять порций нелегко, и порции получаются явно недостаточными, в то время как добавление в котлетную массу белого

хлеба и воды увеличивает ее вес и объем, а также дает возможность из этого же количества мяса приготовить по две котлеты на каждую из пяти порций.

Из домашней птицы наиболее выгодны куры, которых можно так же, как и говядину, использовать для приготовления и бульона и второго блюда одновременно.

Вкусные и недорогие блюда можно приготовить из кролика.

Дешевле других обходятся блюда из камбалы и трески. Последняя особенно выгодна, так как количество отходов при ее обработке минимально: треска поступает в продажу обезглавленной и потрошенной.

Недорогое кушанье можно приготовить из сарделек и в особенности из сырых свиных сосисок.

Сырые сосиски готовят (жарят или тушат) на их собственном жире. Этим же жиром заправляют картофельное пюре или тушеную капусту.

Несмотря на то, что рыбное филе стоит дороже, чем та же цельная рыба, этот продукт экономичен, так как не имеет отходов. Филе морского окуня — наиболее яркий пример такой экономичности. Крупная голова окуня составляет почти треть его туловища и около трети веса, а разница в цене на филе и цельную рыбу не столь значительна.

Все кушанья из круп и макаронных изделий — каши, биточки, запеканки — вполне доступны для питания семьи со скромным бюджетом.

Сезонные снижения цен на молоко и молочные продукты, на яйца, овощи, фрукты должны быть всемерно использованы и для улучшения питания и для более экономного расходования средств.

В сельской местности, а также в городских квартирах, имеющих места хранения (погреба, кладовки и т. д.), безусловно, разумно заготавливать на зиму впрок овощи — свежие, соленные, квашеные, маринованные.

Большим подспорьем в хозяйстве могут быть индивидуальные огороды и сады. Занятие огородничеством и садоводством является для людей хорошей физической зарядкой, не говоря уже о том, что овощи с вашей грядки и яблоко с вашей яблони кажутся вам свежее и вкуснее тех, которые куплены в магазине.



ПИЩЕВЫЕ ЖИРЫ

Наиболее полно и легко усваиваются организмом те из твердых жиров, которые плавятся при температуре, приближающейся к температуре человеческого тела. К таким жирам в первую очередь относятся сливочное масло, сливочный маргарин, свиное сало. Сливочное масло усваивается, к примеру, на 98,5 процента, в то время как бараний жир, обладающий высокой температурой плавления, — лишь на 80—90 процентов. Этим обстоятельством и объясняется столь широкое применение для диетического и детского питания сливочного масла и наиболее схожего с ним по пищевым качествам, вкусу, запаху, консистенции и усвояемости — сливочного маргарина.

К жирам предъявляют и другие требования. При выборе того или иного из этих продуктов нужно учитывать его пригодность для приготовления данного кушанья.

Для жарения продуктов применяется жир, который при разогревании до высокой температуры не изменяет своего вкуса и запаха. Далеко не все жиры одинаково переносят высокую температуру. Сливочное масло или сливочный маргарин при нагревании быстро начинают дымить, «угорать», придают обжариваемому продукту запах чада, и, кроме того, они очень неэко-

номны, так как расходуются в больших количествах. Для жарения лучше использовать свиное, говяжье, баранье сало, кухонные маргаины (гидрожир), растительное масло.

При выборе жира для обжаривания, впрочем так же, как и при всех других кулинарных обработках, нужно принимать во внимание вкусовое соответствие продукта и жира, на котором его будут обжаривать. Повара применяют говяжье и свиное сало для обжаривания кушаний из говядины или свинины, а баранье сало в основном для приготовления блюд из баранины.

Для кушаний из мяса домашней птицы используют обычно жир этой же птицы, что, конечно, наиболее целесообразно и экономично. При недостаточной жирности птицы для ее обжаривания применяют топленое масло или свиное топленое сало, то есть жиры с нерезко выраженным запахом.

Для многих холодных кушаний и закусок, в особенности овощных — для салатов, винегретов, овощной икры, фаршированных и жаренных кусочками баклажанов, — для заправки сельдей применяют растительные масла. Наилучшее из них — подсолнечное, а также рафинированное соевое и хлопковое.

Использование для холодных кушаний растительного масла объясняется не только их вкусовым соответствием, но также и тем, что оно не застывает.

Из этих же соображений в кушаньях, подаваемых и холодными и горячими (запеканки, мясные рубленые котлеты и др.), не следует применять легко застывающие жиры, которые, как говорят, «стынут на губах». Для таких блюд пригодно свиное топленое сало и сливочное масло, которые хотя и застывают, но так быстро тают во рту, что не оставляют неприятного салыного привкуса.

Для обжаривания рыбы широко используются растительное масло и кухонные маргарины.

В тесто добавляют топленое, сливочное и растительное масло, свиное сало, сливочный и столовый маргарин. Преимущество маргарина состоит в том, что он задерживает черствение печеных изделий.

Для фаршей и начинок используются животные жиры, топленое и растительное масло.

Для соусов и деликатесных кушаний, для заправки супов, поливки готовых котлет применяют сливочное масло. Мягкий и нежный вкус этого масла соответствует тонкому вкусу таких овощных кушаний, как цветная капуста, зеленый горошек.

В сладких кушаньях, мучных кондитерских изделиях, тортах, сладких пирогах, пирожных используют топленое масло и столовый или сливочный маргарин, в кремах — сливочное масло.

В кулинарии широко применяется обжаривание во фритюре (см. стр. 126). Некоторые считают, что такой способ жарения не выгоден, не экономичен. Между тем это неверно: жир для фритюра расходуется



почти в таких же количествах, как и для обычного жарения, ведь фритюр используется многократно. После окончания обжаривания жир аккуратно сливают, оставляя в посуде только осадок с подгоревшими частицами.

Повара используют для фритюра смеси из разных жиров. Наилучшими кулинарными качествами обладают смеси топленого свиного сала и растительного масла, а также говяжьего и свиного сала.

Излишний жир, который снимают при варке мясных бульонов и супов, также является превосходным фритюром.

Для обжаривания во фритюре изделий из теста, в особенности сладких (пончики, пирожки со сладкой начинкой, хворост), наиболее пригодна смесь из подсолнечного масла и топленого свиного сала.

Овощные и рыбные продукты можно обжаривать в одном растительном масле, мясные продукты — в смеси из различных животных жиров (говяжьего или бараньего жира со свиным салом или топленым маслом).

Хорошего качества обжаренные кушанья из овощей и мучные кондитерские изделия получаются при использовании для фритюров кухонных маргаринов.

Для обжаривания мясных продуктов можно применять комбинированные жиры — комбигир животный, комбигир особый, то есть ту группу кухонных маргаринов, в состав которых входят, кроме растительного масла, и животные жиры. Особо надо отметить, что такой комбигир, как маргагуселин, имеет запах и привкус жареного лука.

КОРОТКИЕ ЗАМЕТКИ

❖ В рецептуру многочисленных соусов и супов-пюре входит сливочное масло. Если его тщательно смешать с супом или соусом, образуется эмульсия, которая улучшает качество готового изделия, придает его вкусу нежность и тонкость. Эмульсия эта нестойка и быстро разрушается, если соус или суп, в которые добавлено сливочное масло, кипятить.

В таком случае масло плавится и всплывает на поверхность жидкости в виде жира. Поэтому для получения эмульсии следует соблюдать следующие правила:

- 1) добавлять масло только тогда, когда кушанье готово и снято с огня;
- 2) разделять охлажденное масло на маленькие кусочки;
- 3) быстро размешивать жидкость до полного соединения масла и жидкости.

❖ Для приготовления разнообразных пудингов, запеканок, изделий из теста используют либо специальные формы, либо кастрюли и глубокие сковороды. Для того чтобы готовое изделие имело красивую, равномерно поджаренную поверхность, не приставало бы к форме и не деформировалось при извлечении из нее, форму нужно смазывать ровным слоем жира (свиным топленным салом, рафинированным растительным или топленным коровьим маслом).

❖ Не всегда для разогревания готового кушанья нужен жир. Вместо него можно использовать небольшое количество жидкости — бульона, горячей воды, молока, овощного отвара — в зависимости от того, какая жидкость входит в рецептуру кушанья. К примеру, в картофельное пюре можно добавлять одну-две столовые ложки молока, в соус — такое же количество бульона, в тушеные овощи — овощной отвар и т. п.

МЯСО

Мясо — превосходный продукт как по своим пищевым, так и по кулинарным качествам. Оно содержит полноценные белки, жиры, экстрактивные и минеральные вещества. Из него можно приготовить самые разнообразные кушанья, закуски и соусы. Правильный выбор части мяса — одно из решающих условий приготовления вкусного мясного блюда.

Различные части одной и той же туши резко отличаются друг от друга, и поэтому различно их кулинарное назначение. Одни части нежны, мягки и пригодны в основном только для обжаривания или тушения, так как при варке дают весьма посредственные, ненаваристые и некрепкие бульоны; другие — хоть и состоят из более грубой ткани, дают отличные отвары, но вовсе не пригодны для жарения.

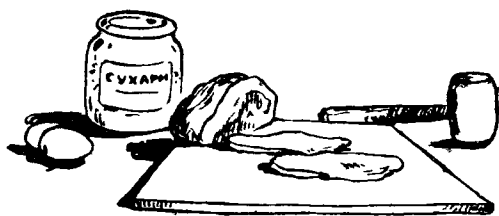
Нет плохих частей мяса, бывает плохое, нецелесообразное, неправильное их использование. Например, самая мягкая и нежная часть говяжьей туши — вырезка — вовсе не пригодна для студня, а самая

жесткая часть — голяшка — лучшее сырье для этого блюда.

Приготовив то или иное мясное кушанье, хозяйка не может оправдывать посредственный вкус готового изделия тем, что она не нашла для него подходящей части мяса. В этом случае правильнее было бы приготовить другое блюдо, так как всегда можно подобрать наилучший рецепт для данной части мяса.

Правильный выбор части мяса для данного кушанья является непременным условием и наиболее экономного расходования продукта. Если, к примеру, для жареных порционных, крупными или мелкими кусками кушаний приходится использовать более дорогие части мяса, то такой расход оправдан тем, что эти части дают наименьшее количество отходов — костей, жил, пленок и, следовательно, покупка дешевого





мяса оказалась бы неэкономной. Не менее расточительным было бы использование дорогих частей мяса для рубленых изделий, так как котлеты, зразы, тефтели, рулеты можно с успехом приготовить и из более дешевого мяса.

Опытные хозяйки предпочитают покупать мясо крупным куском сразу для двух-трех обедов. В этом случае можно приобрести не слишком дорогое мясо и наиболее нежную мякоть куска использовать для жаркого, кости — для супа, а более жесткую часть — для рубленых котлет.

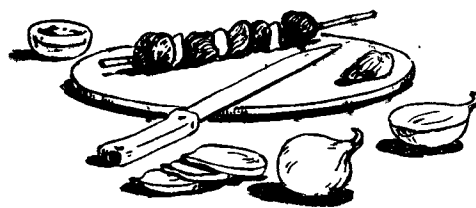
Многие хозяйки, в особенности молодые и недостаточно опытные, допускают ошибку, полагая, что чем жирнее мясо, тем оно лучше, вкуснее, выгоднее. Они считают, что лучше купить маленький кусок жирного мяса, чем потратить деньги на покупку большего количества менее жирного мяса.

Это неверно. Очень жирным может быть мясо и старого животного, но избыток жира не делает это мясо ни мягче, ни вкуснее. При варке или обжаривании излишек жира не дает никаких преимуществ, так как бульоны и супы приобретают специфический сальный привкус и для исправления их вкуса жир приходится удалять, а вторые блюда настолько уменьшаются в размере от вытапливания жира, что кушанье становится неэкономным.

Очень жирное мясо можно использовать только для жирных шей, борщей, пловов и некоторых других блюд, а также для вытопки сала. Но гораздо выгоднее покупать готовый говяжий жир: он обходится дешевле и качество его выше, чем жира, вытопленного в домашних условиях.

Специалисты-кулинары и опытные хозяйки отдают предпочтение упитанному, но не слишком жирному мясу и считают главным показателем качества мяса мягкость и нежность его тканей, характерные для туш нестарых животных.

При выборе части мяса советуем руководствоваться следующими рекомендациями.



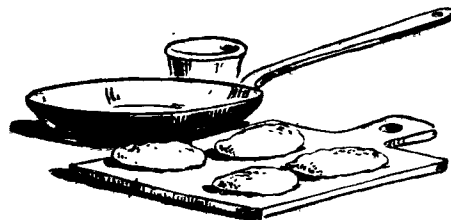
Возраст и упитанность *говядины* можно (при известных навыках) определить по внешнему виду.

Мясо молодых животных светло-красного цвета, жир — белый, мышцы — мягкие и нежные. У хорошо упитанных молодых животных имеются подкожные и внутренние накопления жира, а на разрезе задней части туши заметны межмышечные отложения жира в виде прожилок. Отметим кстати, что эти межмышечные жировые отложения, известные в кулинарии под названием «мраморности», являются одним из главных показателей высоких кулинарных достоинств мяса. Кушанья из такого мяса обладают хорошим вкусом и сохраняют сочность при варке и при обжаривании.

Мясо старых животных — темно-красного или красного цвета, жир — белый или светло-кремовый. Хорошо развитые и мягкие мышцы — характерная особенность этого мяса. Упитанные туши имеют большие накопления подкожного и внутреннего жира и значительные межмышечные отложения, отчетливо заметные на разрезах.

Мясо старых животных — темно-красного цвета, жир — с желтым оттенком. Ткани этого мяса крупноволокнисты и грубы. В мясе старых животных могут быть накопления внутреннего и подкожного жира, но редко встречаются межмышечные отложения (мраморность).

Для прозрачных бульонов из говядины наиболее пригоден кусок огузка с так называемой «сахарной» костью, задняя часть костреца и оковалок с костью (рис. 1). Из



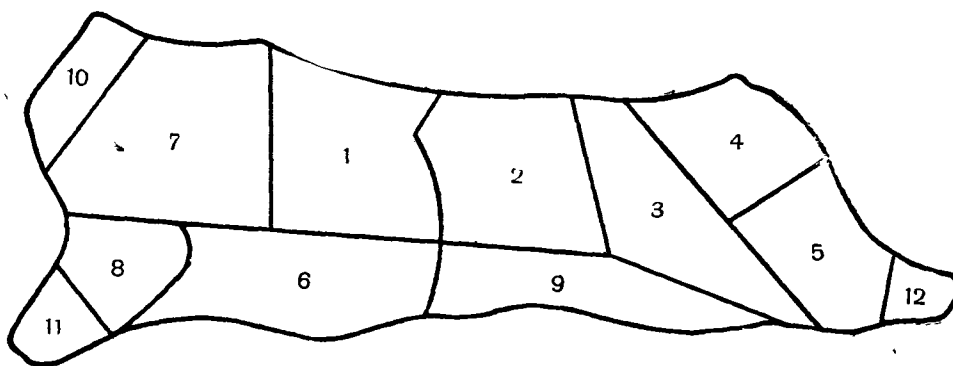


Рис. 1 Разделка говяжьей туши:

1 — спинная часть; 2 — филей; 3 — оковалок; 4 — кострец; 5 — огузок; 6 — грудинка; 7 — лопаточная часть (шея); 8 — плечевая часть; 9 — пашина; 10 — зарез; 11 — голяшка передняя, 12 — голяшка задняя.

этих же частей говяжьей туши получаются и отличные по вкусу супы.

Жирные, наваристые щи и борщи готовятся из передней части грудинки (челышка). Для менее жирных щей и борща можно использовать заднюю часть грудинки.

Вкусные супы можно приготовить также из плечевой и лопаточной части.

Суп из голяшки при длительной варке, необходимой для размягчения этой части туши, приобретает клейкость и запах, характерный для студней. Супы неплохого качества дает отваривание реберного раздела лопаточной части и пашины.

Лучшими частями говядины для жареных кушаний являются вырезка, филей, внутренняя часть костреца (ссек) и верхняя часть оковалка, а также антрекот (мышцы, расположенные вдоль спинных позвонков).

Из наружной части костреца и из передней части грудинки готовят также тушеное мясо. Лучшее мясо для беф-строганова — внутренняя часть костреца и верхняя часть оковалка.

Для котлет используют нижнюю часть оковалка, огузок, лопаточную и плечевую часть, пащину. Для этих же изделий можно применять мякоть, снятую с голяшки и зареза, но эту мякоть для получения сочных, мягких котлет нужно лишней раз пропустить через мясорубку.

Телятина обладает высокими кулинарными качествами. Она легко усваивается организмом человека и поэтому пригодна для детского и диетического питания.

Мясо молочных телят — самое нежное и вкусное. Его отличают по светло-розовому цвету с сероватым оттенком и белому плотному внутреннему жиру. Обычно эти

тушки не имеют накоплений подкожного и межмышечного жира.

Тушки взрослых телят — более ярких оттенков розового или светло-красного цвета.

В отличие от говяжьего мяса, которое может быть иногда прожаренным и не до полной готовности (многие любят ростбифы и бифштексы «с кровью»), все кушанья из телятины должны быть хорошо прожаренными и проваренными, так как вкус полусырой телятины неприятен и она плохо переваривается.

Благодаря нежности и мягкости почти все части телятины (за исключением шейной, а также голяшки и рульки) пригодны для обжаривания. Бульон из телячьего мяса имеет неплохой вкус, но он недостаточно прозрачен и наварист.

Приятного вкуса супы получают при использовании телячьей грудинки с пашиной, лопатки и шейной части. Нежный вкус имеет это мясо, если его приготовить отварным. Неплохие супы варят из рульки и голяшки.

Для обжаривания крупным куском наилучшими считают окорок и почечную часть с тазовыми костями. Отличные отбивные котлеты получают из почечной части с поясничными позвонками. Из мякоти окорока, второй котлетной части и лопатки готовят шницели. Первая котлетная (заднеспинная) часть является лучшим сортовым отрубом для приготовления отбивных котлет с косточкой, эскалопов и шницелей.

Жаркое, рагу и отварную телятину готовят из лопаточной части и грудинки с пашиной. Шейную часть можно также использовать для рагу и гуляшей, из этой же ча-

сти готовят котлетную массу. Приятные на вкус и нежирные студни получаются из телячьих голяшек и рулек. Хорошие заливные блюда готовят из телячьей головки.

При определении качества *баранины* решающее значение имеют возрастные особенности. Мясо молодых животных обладает прекрасным вкусом и хорошими кулинарными качествами; мясо старых туш — жесткое, имеет специфический запах.

Возраст туши, так же как и возраст говядины, определяют по цвету мяса и жира. Мясо молодых баранов и овец — наиболее нежное, мягкое и сочное, светло-красного цвета, взрослых животных — кирпично-красного, старых — темно-красного цвета. Жир молодых и взрослых животных — белый, старых — одного из оттенков светло-желтого цвета.

Баранину используют для разнообразных жареных и тушеных кушаний и для супов. Наиболее широко баранина используется в кавказской и среднеазиатской кухне, где специфические приправы, гарниры, острые соусы, пряные травы и специи особенно хорошо сочетаются с вкусовыми и ароматическими качествами бараньего мяса.

Для прозрачных бульонов, которые из баранины готовят редко, используют куски почечной части и окорока (рис. 2). Супы лучшего качества получают при варке плечевой и спинно-лопаточной части, а также грудинки. Менее высокого качества супы готовят из шейной части, пашины, рульки, голяшки и зареза.

Для обжаривания крупным куском наиболее пригодны окорок и почечная часть.

Самые вкусные шашлыки готовят из окорока, почечной и спинно-лопаточной

части. Плов готовят из мякоти окорока, грудинки и спинно-лопаточной части. Бараньи отбивные котлеты лучшего качества получаются из заднего раздела спинно-лопаточной части. Рубленые котлеты можно приготовить из переднего раздела спинно-лопаточной, шейной и других частей туши.

Свинина с каждым годом во все возрастающих количествах поступает на прилавки магазинов и рынков, что вызывает настоятельную необходимость наиболее правильно и рационально использовать это превосходное по вкусу и питательности мясо.

Широко известны качества этого продукта для приготовления жареных кушаний, ветчинных и колбасных изделий. Но далеко не все хозяйки умеют использовать свинину для первых блюд, хотя из нее получаются вкусные супы, в особенности такие, которые должны иметь кисловатый или кисло-сладкий привкус, — отличные щи, борщи, рассольники, щавелевые супы.

Для щей, борща, рассольника используют грудинку, реберные и позвоночные части свиной туши (рис. 3). Из плечевой части нежирной, особенно так называемой «мясной» свинины можно приготовить бульон. Из поясничной части с пашиной готовят вкусную солянку. Неплохие супы получаются из рульки или голяшки.

Кусок мякоти от свиного окорока — наилучшая часть для жаркого. Это блюдо можно приготовить также из поясничной части с пашиной или грудинки.

Из спинной части (корейки) готовят отбивные котлеты, шницели, шашлыки. Для тушения применяют реберные и позвоночные части, для плова хороша грудинка.

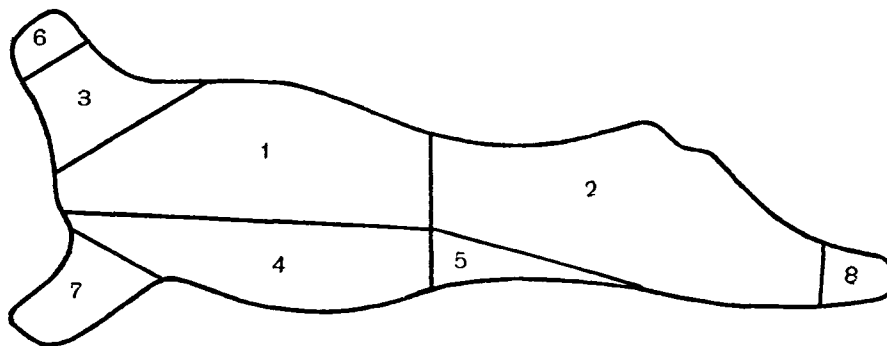


Рис. 2. Разделка бараньей туши:

1 — спинно-лопаточная часть; 2 — задняя часть; 3 — шея; 4 — грудинка; 5 — пашина; 6 — зарез;
7 — рулька; 8 — голяшка задняя.

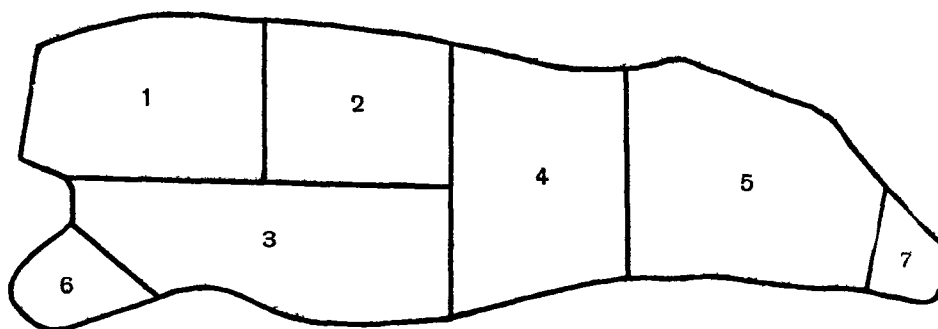


Рис. 3. Разделка свиной туши:
1 — лопаточная часть; 2 — корейка; 3 — грудинка; 4 — поясничная часть; 5 — окорок; 6 — рулька; 7 — голяшка.

Из мякоти лопатки, плечевой части и голяшки готовят котлетную массу; из свиных ножек, голяшки и рульки — вкусные студни.

Все блюда из свинины должны быть доведены до полной готовности — хорошо проварены и прожарены. Таковы требования и гигиены и вкуса.

Мясные субпродукты — это печень, языки, почки, мозги, сердце, легкие, голова, ноги.

Отличным вкусом и высокими кулинарными качествами обладает говяжья и в особенности телячья печень. Из нее готовят жареные и тушеные блюда, а также отличные закуски — паштеты. Печень используют также как лечебное средство при некоторых заболеваниях крови и при диабете.

Свиная печень имеет иногда легкий привкус горечи, но и из нее получают вполне доброкачественные кушанья. Свиную печень отличают по своеобразному зернистому строению ткани.

Языки говяжьи, телячьи, свиные и бараньи — отличное сырье для приготовления вторых блюд, закусок и холодных блюд с гарниром.

Почки используются для обжаривания, тушения и в рассольниках. Наилучшим вкусом обладают телячьи почки.

Мозги в жареном виде отличаются нежным и мягким вкусом.

Сердце требует продолжительной варки или тушения. Его используют вместе с легкими для начинок.

Из ног и головы варят студни.

Заканчивая нашу беседу о мясе и его кулинарном назначении, считаем необходимым обратить ваше внимание на основной показатель качества любого мяса —

его свежесть, так как недостаточно свежее мясо может стать причиной заболевания, а испорченное — причиной серьезного отравления.

На мясокомбинатах строжайший ветеринарный и санитарный контроль осуществляется как до, так и после убоя животного, что гарантирует потребителю доброкачественность продуктов. Мясо, которое продается на рынках, также подвергается соответствующей проверке, но следует избегать приобретения этого продукта у случайных лиц, а в особенности остерегаться приобретать мясо, на котором нет клейма ветсанконтроля.

Доброкачественное остывшее и охлажденное мясо покрыто тонкой бледно-розовой или бледно-красной корочкой, при ощупывании его рука остается сухой. На разрезах мясо нелипко и выделяет прозрачный сок. Ямка при надавливании пальцем быстро восполняется.

Доброкачественное мороженое мясо должно быть твердым на ощупь. На поверхности и разрезах это мясо — красного цвета. Оно не имеет ярко выраженного запаха.

Мясо вызывает подозрение, когда у него влажная, покрытая слизью поверхность, разрезы темного цвета. При надавливании пальцем ямка на таком мясе долго не восполняется. Запах этого мяса — кислый, затхлый.

Но и свежее и по всем внешним признакам мясо может стать причиной отравления в тех случаях, когда оно обсеменено болезнетворными микробами. Особенно часто вызывает отравление мясо скота вынужденного убоя. Нужно во всех случаях приобретения мяса на рынке у частных лиц обязательно его тщательно проваривать или жаривать.

В городских условиях обычно нет необ-

ходимости делать большие запасы мяса. При наличии холодильника, погреба или холодной кладовой можно без всяких затруднений сохранить мясо свежим в течение двух-трех дней после покупки. При отсутствии этих устройств покупать следует только такое количество мяса, которое можно реализовать в течение одного дня.

Иначе обстоит дело в домашнем хозяйстве в сельской местности. Здесь после убоя животного возникает настоятельная потребность хранить большие количества мяса и в течение продолжительного време-

ни. Только в тех районах нашей страны, где зимы суровы, низкие температуры устойчивы и в течение зимних месяцев не бывает оттепелей, мясо, замороженное целой тушей или крупными кусками, можно сохранить два-три месяца подвешенным на крючках в холодной кладовой.

Доступным и проверенным способом хранения мясных продуктов в условиях сельской местности является посол. При правильном посоле мясо может долго сохранять свою доброкачественность (способы посола мяса см. на стр. 207—208).

КОРОТКИЕ ЗАМЕТКИ

❖ Перед тем как поместить сырое мясо на холод, его надо освободить от бумаги или целлофана, выложить в керамическую или эмалированную посуду и прикрыть сверху бумагой или марлей.

❖ Для того чтобы мороженое мясо оттаяло, положите его в кастрюлю и держите при нормальной комнатной температуре (18—20°), но не ставьте мясо в теплое место и не заливайте его водой, чтобы оно не потеряло вкуса и питательности. Можно раздвигать мясо и не до конца оттаявшее.

❖ Мясо и кости для варки супов закладывают только в холодную воду. Желательно, чтобы суп быстро закипел, поэтому его ставят на большой огонь. Пену, образующуюся в момент закипания, нужно своевременно удалить, после чего уменьшить огонь и доваривать суп при слабом, едва заметном кипении.

❖ Излишек жира с бульона надо удалять. Жир этот часто используют для обжаривания измельченных моркови, петрушки и лука, а также в смеси жиров для фритюра (см стр. 137).

❖ На 6—8 тарелок супа кладут 1 луковицу, 1 петрушку (корень), 1—2 моркови, сельдерей и порей по вкусу, «букет зелени», составляемый обычно из зелени петрушки и укропа. В это количество супа кладут 1½—3 чайные ложки соли.

❖ При варке бульонов для одной порции наливают 3 стакана холодной воды. При варке испаряется приблизительно 1 стакан жидкости. Доливать суп в процессе варки не следует, так как это ухудшает его вкус.

❖ Продолжительность варки мясных супов зависит не от количества мяса, которое используется для его приготовления, а от особенностей структуры тканей той или иной части мяса и от величины кусков. Для быстрого приготовления мясного супа или бульона используют мясо, нарезанное мелкими кусочками.

❖ Прозрачность бульона относят к одному из его основных качеств. Для того чтобы бульон и при разогревании сохранил прозрачность, следует поставить его на маленький огонь, не допуская кипения, и снять с огня, как только жидкость начнет закипать. При разогревании бульона крышка кастрюли

должна быть закрыта не слишком плотно, чтобы пар мог свободно выходить; это, в свою очередь, предохраняет отвар от помутнения.

❖ Сохранять бульон даже в холодильнике можно только процеженным. Для хранения бульон переливают в стеклянную банку или суповую миску, посуду с бульоном прикрывают сверху куском чистой марли.

❖ Вкусное, сочное отварное мясо получается, если его для варки опускают в кипяток; но в этом случае бульон бывает хуже. Мясо, отваренное мелкими кусками, менее сочно и вкусно, чем отваренное крупным куском.

❖ Из 1 кг сырого мяса получается около 600 г вареного мяса или 620—650 г жареного.

❖ Когда отварное мясо готово, его вынимают из супа и хранят до подачи к столу в небольшом количестве бульона, закрыв посуду куском чистой марли.

❖ Перед обжариванием крупных кусков мяса их обмывают, а затем обсушивают чистым полотенцем. Влажное мясо при обжаривании обильно выделяет сок, отчего ухудшается вкус готового изделия.

❖ Солить мясо нужно непосредственно перед обжариванием.

❖ Чтобы говядина, обжаренная крупным куском, была сочнее, ее сначала обжаривают на сковороде в небольшом количестве жира с таким расчетом, чтобы на всей поверхности куска образовалась румяная корочка, которая препятствует выделению мясного сока, а затем уже ставят в духовой шкаф, где и доводят до готовности.

Телятину, баранину, свинину крупным куском можно ставить для обжаривания в духовой шкаф, не обжаривая ее предварительно на сковороде.

❖ При обжаривании мяса крупным куском его нужно время от времени поливать сверху соком и жиром, образующимся на дне посуды. Если сока и жира мало, следует добавить несколько столовых ложек мясного бульона или кипятка.

❖ Мясо крупным куском жарится не менее 1½—2 часов. Готовность его определяют, прокалывая тол-

щу куска вилкой. Если вилка входит без затруднения, а выделяющийся в месте прокола сок прозрачен и не окрашен, мясо можно считать готовым.

❖ Мясо для обжаривания кладут всегда только на сильно разогретую с жиром сковороду (или разогретый противень), иначе оно теряет сок и приобретает вкус вареного.

❖ Порционные и в особенности мелкие куски мяса нельзя жарить сразу в большом количестве и укладывать на сковороду слишком тесно. В этом случае жир и посуда, в которой жарят мясо, охлаждается, корочка на поверхности мяса образуется медленно и из него обильно вытекает сок.

❖ При обжаривании порционных кусков мяса не рекомендуется закрывать посуду крышкой, так как в этом случае пар не улетучивается, а оседает на мясе и придает ему вкус тушеного, а не жареного.

❖ Мясо для приготовления рубленых изделий обмывают в холодной воде, освобождают от крупных жил и пленок и пропускают два раза через мясорубку. Первый раз пропускают только мясо, второй раз — мясо вместе с белым хлебом и другими добавлениями.

❖ Для котлетной массы используют черствый белый хлеб, так как свежий придает готовому изделию неприятную клейкость. Белый хлеб не только увеличивает объем изделий, но и, впитывая в себя выделяющийся мясной сок, придает рубленому мясу пышность, сочность, мягкость. Хлеб замачивают в холодной воде или в молоке и, не отжимая, добавляют в фарш.

❖ Для рубленых изделий на 1 кг мяса используют 250 г белого хлеба, $\frac{3}{4}$ стакана холодной воды или молока.

❖ Если в котлетную массу кладут репчатый лук, его рекомендуется не пропускать через мясорубку, а натирать на мелкой терке. Можно пропускать через мясорубку лук, мелко нарезанный и слегка поджаренный (как говорят повара, пассированный).

❖ Сочные котлеты получаются, если мясо содержит жир, но при использовании слишком жирного мяса котлеты сильно «ужариваются», то есть уменьшаются в размере, и, кроме того, становятся рыхлыми, плохо сохраняют форму.

❖ Вода или молоко добавленные в котлетный фарш, придают готовым изделиям сочность. Для получения вкусных нежных котлет фарш, как говорят повара, нужно «проработать», то есть после пропускания через мясорубку тщательно и хорошо растереть деревянной ложкой и перемешать, подливая понемногу оставшееся от вымачивания хлеба молоко или воду.

❖ Порционные куски мяса и рубленые изделия во время жарения, следует переворачивать, только убедившись в том, что одна сторона хорошо прожарена.

❖ Мясо, поджаренное мелкими и порционными кусками, можно подавать на стол только горячим; мясо, поджаренное крупным куском, используют и холодным и горячим, а также в качестве второго блюда и холодной закуски.

❖ Мясо, предназначенное для тушения, предварительно поджаривают со всех сторон на разогретой с жиром сковороде; затем перекладывают в более глубокую посуду, добавляют небольшое количество горячей жидкости (воды или бульона) коренья, пряности, приправы и тушат под закрытой крышкой.

❖ Для улучшения вкуса тушеного мяса используют лук, морковь, петрушку, сельдерей, порей. Общее количество этих овощей должно составлять 100 г на 1 кг мяса.

❖ На 1 кг мяса для тушения добавляют несколько горошин перца (0,5 г), 1—2 лавровых листика, немного зелени петрушки и укропа, связанных «букетом».

❖ Многие изделия из мяса панируют, то есть обваливают в сухарях до обжаривания.

❖ Нужно знать, что сырое мясо, даже вполне доброкачественное и свежее, может быть обсеменено микробами, поэтому его никогда нельзя держать в непосредственном соприкосновении с другими продуктами.

Сырое мясо нельзя нарезать на той же доске, тем же ножом, которыми в дальнейшем будут пользоваться для обработки других продуктов, без того, чтобы нож и доску не промыть тщательно горячей водой.

Не прикасайтесь к другим продуктам, пока вы не вымыли руки, которыми обрабатывали сырое мясо.

Хотя бы мясорубка была совершенно чистой, но все же перед тем, как ею пользоваться, обдайте ее кипятком.

❖ В мясном и рыбном фарше особенно быстро размножаются микробы. Поэтому рекомендуется готовить фарши только непосредственно перед приготовлением блюда. В холодильнике или в погребе можно хранить сырое мясо, но избегайте хранить фарш.

❖ Все кушанья из мясного фарша должны быть прожарены или проварены так, чтобы на изломе они не имели красного цвета, а их сок был бы прозрачным.

❖ Многие, готовя студень, отделяют вареное мясо от костей, измельчают его, раскладывают в посуде и заливают бульоном. Такой способ нужно считать недостаточно гигиеничным. Рекомендуется пропустить бульон, сложить в него измельченное мясо, прокипятить еще раз и только после этого разлить студень.

❖ Для приготовления панировочных сухарей используют черствый белый хлеб. С этого хлеба срезают корку и затем толкут его в ступке или размельчают скалкой (поступая так же, как при раскатывании теста на доске); после размельчения сухари просеивают через сито.

Обваливать в сухарях или муке порционные куски мяса или рубленые изделия лучше всего непосредственно перед жарением. В противном случае панировка (сухари или мука) отмокает и портит внешний вид и вкус готового кушанья.

❖ Добавление кислоты (лимонной, уксуса и т. п.) и использование таких продуктов, как томат-пюре, свежие помидоры, огуречный рассол, соленые огурцы, кислые яблоки, клюква и т. п., замедляет разваривание других овощей в супах и в сборных овощных кушаньях. Именно поэтому и кислоту и продукты, содержащие кислоту, добавляют в кушанья незадолго до окончания варки.

Влияние кислоты на сырые мясные продукты совершенно иное. Для придания сырому мясу большей мягкости и нежности при изготовлении таких кушаний, как шашлык и многие другие, мясо предварительно в течение 2—3 часов маринуют, используя для этого в соответствии с рецептурой лимонный сок или уксус.

ДОМАШНЯЯ ПТИЦА И ДИЧЬ

Мясо домашней птицы и дичи высоко ценится и справедливо считается отличным продуктом. По содержанию полноценных белков оно превосходит мясо крупного и мелкого скота.

Основными показателями качества домашней птицы являются возраст и упитанность. Возраст для мяса кур и петухов особенно важен, так как и старая птица может быть достаточно жирной, но вкус ее мяса все же значительно хуже, чем молодой. Без учета возрастных изменений нельзя правильно, наилучшим образом использовать мясо домашней птицы, так как рецепты приготовления старых кур и петухов отличаются от тех, которые применяются при изготовлении кушаний из молодой птицы.

Возраст кур определяют по цвету кожи и состоянию ножек. У молодой птицы — белая, нежная кожа, на которой отчетливо (в особенности под крылышками) видны прожилки. Ножки молодой курицы покрыты мелкими чешуйками. У старых кур — грубая кожа с желтоватым оттенком, жир также преимущественно желтого цвета (хотя жир такого цвета бывает и у молодой птицы, получавшей при жизни особый корм). Ножки старой курицы тверды и покрыты грубой крупной чешуей. На нижней части ножек бывают твердые известковые наросты.

Возраст петухов (рис. 4) можно определить по величине шпор. У молодых петухов (до шестимесячного возраста) вместо шпор — мягкие, небольшие бугорки. У взрослых петухов — крупные окостеневшие шпоры. У старой птицы они достигают 2—3 см.

Можно также определить возраст кур и петухов по состоянию кончика грудной кости: у старой птицы он окостенел и почти не сгибается, а у молодой — эластичен и гибок.

Блюда из гусей, уток, индеек требуют особо тщательного приготовления, значительной затраты труда и времени, поэтому их готовят реже, чем блюда из кур и цыплят; последних можно приготовить в течение самого непродолжительного времени: через час-полтора бывают готовыми и отличный бульон и вкусное второе блюдо — вареная курица, а отварного или жареного цыпленка можно подать к столу через 25—30 минут.

Возраст водоплавающей птицы не столь значительно отражается на качестве ее мяса, но, бесспорно, мясо молодых уток и гусей нежнее и мягче.

Благодаря мягкости тканей мяса вся домашняя птица (за исключением старой) пригодна для жарения. Наилучшего качества жареные кушанья получаются из хорошо упитанных цыплят, молодых кур и петухов, индеек, гусей и уток.

Хорошие бульоны, наваристые, душистые, прозрачные, готовят из мяса не слишком старых и не слишком молодых кур, петухов, индеек. Из старых петухов и из очень маленьких цыплят получаются весьма посредственные бульоны: при варке старой птицы бульоны мутны и неароматны, а при использовании слишком молодой — мутны и ненаваристы.

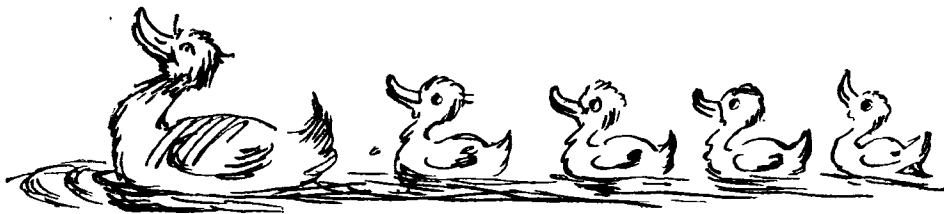
Не пригодны для варки бульонов гуси и утки: специфический приятный и аппетитный запах мяса этой птицы, являющийся одним из достоинств для жареного кушанья, неприятен для бульона.

Из мяса и потрохов гусей и уток можно готовить заправочные супы: многие из этих супов (рассольник, лапша, щи и некоторые борщи) обладают хорошим вкусом. Из потрохов кур, индеек можно сварить бульон или сделать неплохое заливное блюдо.

Из мяса старых кур и петухов наиболее целесообразно готовить рубленые изделия — котлеты или биточки. В таком виде это мясо мягко, нежно и сочно. Рубленые изделия из этого мяса особенно пригодны для детского и диетического питания, так как они легко и быстро усваиваются. Кости после снятия с них мякоти используют для варки небольших количеств бульона или для приготовления соуса.



Рис. 4. Ножки старого (а) и молодого (б) петуха



Из мяса старой водоплавающей птицы готовят тушеные блюда. Недостаточно упитанных цыплят, кур, петухов, индеек приготавливают отварными, с различными соусами.

Мясо отварной или жареной птицы добавляют в разнообразные салаты, используют и для других холодных закусок.

Вкусные заливные готовят из кур, цыплят и петухов.

Особое внимание при изготовлении блюд из домашней птицы нужно уделять правильному использованию ее жира. Упитанность, бесспорно, является одним из главных показателей качества мяса домашней птицы, но излишний жир не нужен ни для какого кушанья и в особенности для бульонов и супов. Хороший бульон должен быть крепким, то есть наваристым и ароматным, но не жирным.

Для жарения также следует считать наилучшей упитанную, но не слишком жирную тушку. При недостаточной упитанности жареное блюдо может оказаться сухим и несочным, при излишней жирности — пригорным.

Кроме того, жирная тушка птицы невыгодна, неэкономична. Крупная, очень жирная тушка гуся, к примеру, после обжаривания уменьшается почти вдвое за счет выделившегося жира. Правда, вытопившийся жир можно использовать, но он, как правило, во время жарения птицы «угорает», изменяет и ухудшает свой вкус, цвет и запах. Иное дело, когда этот жир специально вытапливают.

Поэтому рекомендуется перед изготовлением кушаний из жирной птицы удалять излишек жира, в особенности с нижней части брюшка. Оставшегося подкожного жи-

ра бывает больше чем достаточно даже и для жареных блюд.

Блюда из дичи заслуженно причисляют к самым деликатесным и тонким.

К крупной дичи относят глухарей, тетеревов, диких гусей и уток, фазанов, куропаток, рябчиков; к мелкой — перепелов, вальдшнепов, бекасов, дупелей (рис. 5).

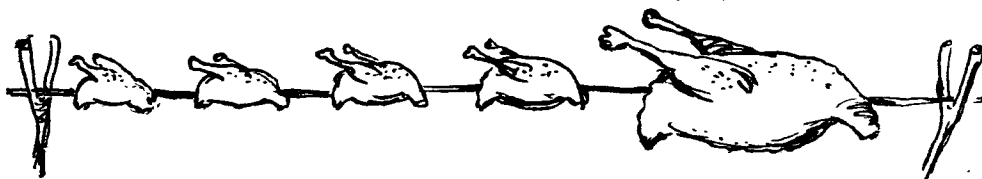
Необходимо отметить, что легкая «горчинка» и своеобразный смолистый привкус, присущие почти всей дичи и особенно рябчикам, нравятся далеко не всем. Знатоки считают этот вкус самой привлекательной особенностью мяса дичи, а людям непривычным именно этот привкус кажется главным недостатком продукта. Если возникает необходимость смягчить этот привкус, рекомендуется за час до готовки опустить очищенную и выпотрошенную тушку дичи в холодное молоко.

Благодаря нежности и мягкости мяса вся дичь без исключения пригодна для обжаривания. Именно в этом виде наиболее полно выявляются лучшие кулинарные качества дичи — ее вкус и аромат.

Мясо дичи редко бывает жирным. Только дикие гуси и утки, и то в определенные сезоны, имеют сколько-нибудь значительные жировые отложения. Если хотят, чтобы кушанье из дичи было жирнее и сочнее, тушку или только грудку обвертывают перед обжариванием тонким ломтиком свиного шпига и обвязывают белой ниткой.

Мясо самок дичи, как правило, нежнее и мягче мяса самцов. Последних отличают по более нарядному и яркому оперению и по величине тушки, так как самцы значительно крупнее самок.

Дичь используют и для тушения и для запекания с различными соусами (в особенности глухарей и тетеревов, так как их



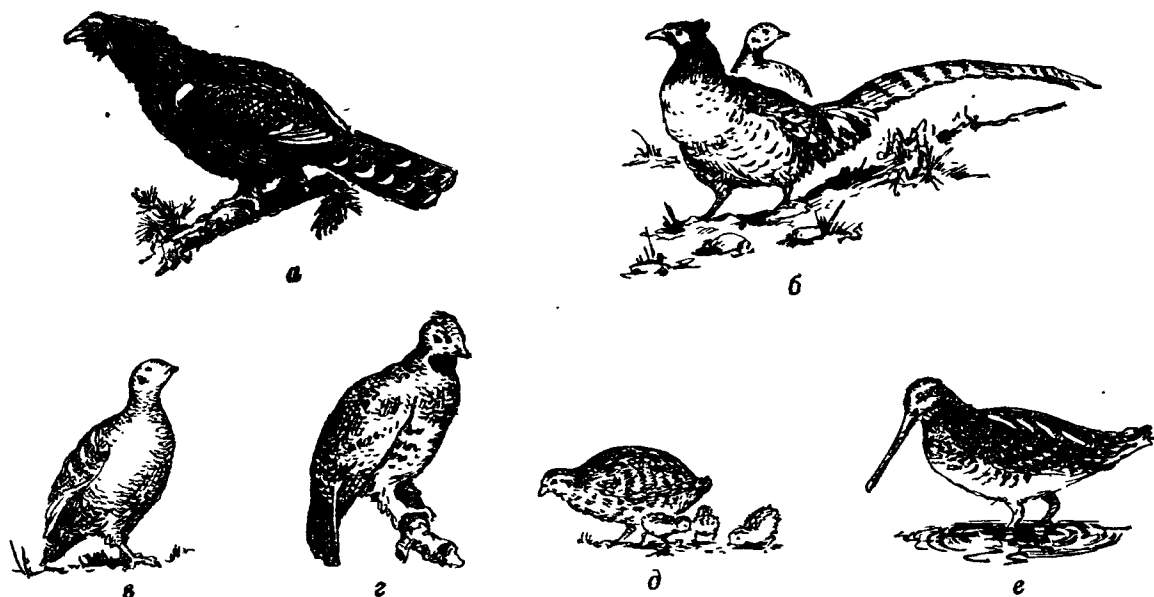


Рис. 5. Дичь:

а — глухарь; б — фазан; в — куропатка; г — рябчик; д — перепел; е — бекас.

мясо несколько грубее и жестче). Деликатесным блюдом считают натуральные (но не рубленые) котлеты из филея (грудки) дичи.

Очень хороший вкус у холодных кушаний и закусок из жареной дичи. Ломтики холодной жареной дичи подают с майонезом, маринованными овощами и плодами, добавляют в разнообразные салаты.

Первых блюд, за исключением ароматного прозрачного бульона и очень приятно-го на вкус супа-пюре, из дичи не готовят. Следует также знать, что и бульону, и супу-пюре из дичи горечь придают позвоночные кости тушки; их поэтому при разделке тушки для бульона или супа-пюре удаляют. Потроха дичи в пищу не используются.

КОРОТКИЕ ЗАМЕТКИ

❖ Тушку птицы или дичи ощипывают, начиная с шейки. Для того чтобы не повредить кожи, ее нужно сильно растягивать и выдергивать перья в направлении, обратном их росту.

❖ Тушку опаливают над некоптящим пламенем, предварительно расправив складки на коже; держат тушку над пламенем двумя руками: за голову и ножки.

❖ Перед потрошением у тушки отрубают голову с шейкой, ножки и кончики крыльев. Через разрез в нижней части брюшка удаляют все внутренности, вытягивают пищевод и зоб. Потрошение проводят осторожно, чтобы не раздавить желчный пузырь, так как желчь придает мясу сильную горечь. Но если это нечаянно произошло, следует промыть тушку, а те места, куда попала желчь, протереть мелкой сухой солью.

Затем снимают пленку, выстилающую внутреннюю сторону желудка. Огрубают когти лапок; погружая лапки на несколько минут в кипяток, снимают с них

кожицу. Тщательно и многократно промывают тушку и потроха в холодной воде, не оставляя внутри тушки сгустков крови, которые могут испортить цвет и прозрачность бульона.

❖ Перед варкой или жарением домашнюю птицу заправляют (рис. 6), то есть придают ей наиболее компактную форму, чем обеспечивают равномерность варки или жарения, удобство нарезания готового кушанья и более привлекательный внешний вид. Для заправки на нижней части брюшка с двух противоположных сторон делают надрезы, куда и вкладывают ножки как бы в кармашки. Крылышки подвертывают к спинке.

❖ Для варки бульона домашнюю птицу опускают только в холодную воду. Для приготовления отварной птицы только ко второму блюду ее можно закладывать в горячую воду; в этом случае отвар будет хуже, а птица сочнее, вкуснее.

❖ Тушку птицы или дичи солят непосредственно перед жарением, для чего ее натирают сухой солью

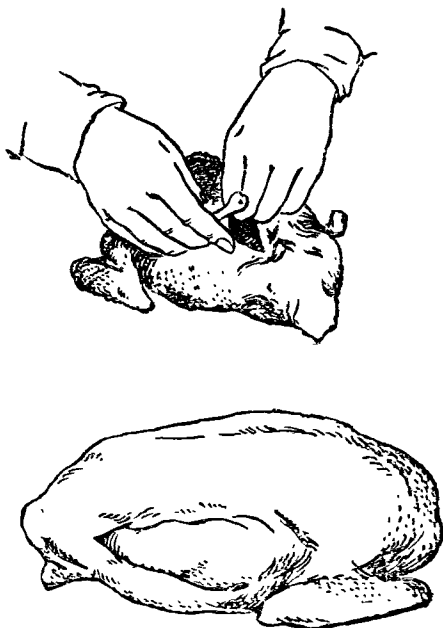


Рис. 6 Заправка тушки птицы.

из расчета на каждые 400 г — $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли.

❖ В котлетную массу из мяса кур петухов, индеек добавляют на 1 кг мякоти 200 г черствого пшеничного хлеба, 300—350 г молока (в этом молоке размачивают хлеб, а остаток вливают в фарш). Если используется тощая птица, то в котлетную массу добавляют 20—25 г сливочного масла на 1 кг мякоти.

❖ Из старой курицы можно приготовить жареное блюдо, но для этого курицу нужно предварительно отварить, затем разделить на порционные куски, смочить каждый кусок в разведенном водой яйце, обвалять в сухарях и поджарить.

❖ Красивая румяная корочка на поджаренной тушке птицы или дичи получается, если непосредственно перед обжариванием смазать тушку сметаной.

❖ Недостаточно жирную птицу после укладывания для обжаривания на противень или в гусятни

цу поливают растопленным жиром — свиным салом или топленым маслом, очень жирную птицу — горячей водой. В продолжение всего жарения, через каждые 10—15 минут тушку поливают соком и жиром, собирая его со дна той же посуды.

❖ Продолжительность жарения зависит от величины тушки. Принято считать, что для обжаривания гуся или индейки нужно приблизительно 2—2½ часа, утки — 60 минут, молодой курицы — 50—60 минут, более старой курицы — 1½ часа, цыпленка — 25—30 минут, фазана и тетерева — 50—60 минут, куропатки — 25—35 минут.

❖ Готовность жареной птицы и дичи определяют прокалыванием толстой части тушки тонко обструганной деревянной палочкой: если она входит без затруднения а в месте прокола выделяется прозрачный неокрашенный сок — птица готова; при выделении розового или мутного сока тушку нужно дожаривать.

❖ Если тушка птицы или дичи, которую обжаривают в духовке, сильно подрумянилась, но еще не готова, ее прикрывают сверху куском пергаментной бумаги, смазанной жиром.

❖ Сок, оставшийся после жарения, прокипяченный с небольшим количеством бульона, — хороший, вкусный соус к блюдам из жареной птицы или дичи.

❖ Для того чтобы разделить на порционные куски готовую поджаренную или отваренную птицу (рис. 7), ее рубят вдоль грудной кости на две продольные части, отделяют ножки и крылышки с прилегающим к ним мясом, разрубают грудку в поперечном направлении на нужное количество порций. У крупной тушки ножки разрубают в поперечном направлении на две части.

❖ К отварной птице подают на гарнир картофельное пюре, зеленый горошек, рассыпчатый рис, отварные овощи, а также зеленый салат, свежие огурцы и помидоры.

К блюдам из жареной птицы и дичи гарниром служит преимущественно жареный картофель. Можно также подавать зеленый салат, зеленые или маринованные огурцы, маринованные фрукты и ягоды, салат из квашеной капусты.

К жирным гусям или уткам гарнир должен иметь кисловатый вкус. К этой птице используют тушеную квашеную капусту, печеные кислые или моченые яблоки и т. п.

Не очень сладкое варенье из брусники или клюквы можно подавать в качестве гарнира к гусям и жареной дичи.

❖ Жир домашней птицы по своим пищевым качествам и вкусу относят к высококачественным продуктам. На этом жире можно поджарить многие мясные блюда и недостаточно упитанную птицу. В растопленном виде его используют к кашам, макаронным изделиям, в паштетах и др.

Для смягчения специфического запаха при вытапливании впрок гусиного или утиного жира в него добавляют мелко нарезанный лук или ломтики антоновских яблок.



Рис. 7. Деление на порционные куски тушки курицы (а) и гуся (б).

РЫБА

Не уступая по своей питательности, вкусу, разнообразию мясным продуктам, рыба имеет и некоторые преимущества: ее рыхлые, мягкие ткани легче усваиваются организмом. Этим объясняется столь широкое использование рыбы, в особенности нежирной, для диетического питания.

Иные домашние хозяйки считают, что рыба менее выгодна, чем мясо, так как будто рыбное кушанье хуже насыщает. Мнение это ошибочно. Рыба насыщает так же хорошо, как и мясо, но усваивается организмом быстрее и поэтому не дает такого длительного ощущения сытости, как мясное блюдо. Это свойство рыбы следует считать ее достоинством, а не недостатком.

Кушанья из рыбы и в особенности рыбные бульоны, супы, отварные и запеченные блюда, как правило, бывают готовы значительно быстрее, чем мясные, что также является достоинством рыбы.

Недостатком рыбы всегда считали некоторую трудность ее первичной обработки: очистку от чешуи, удаление плавников, потрошение. Но превосходный полуфабрикат — рыбное филе — не нуждается в большой подготовке к варке или жарению.

Филе из судака, трески, морского окуня, сазана, леща, сома и др. пригодно для любых рыбных блюд. Из филе с кожей можно приготовить фаршированную кусками рыбу. Оно пригодно также для заливных, но в этом случае обязательно нужно использовать желатин, без чего можно обойтись, если заливное готовить из цельной рыбы, так как голова, хвост, плавники, кожа и кости рыбы богаты дающими клей веществами, которые при застывании придают отварам студенистость.

Рыбы отличаются друг от друга по величине, жирности и строению ткани мяса, а также по вкусу. Для каждого вида рыбы нужно найти наиболее правильный способ приготовления — такой рецепт, который особенно выгодно выявил бы и пищевые и вкусовые качества сегодня приобретенной рыбы.

Осетровые рыбы (рис. 8) — севрюга, осетр, белуга, стерлядь, шип, калуга — заслуженно считаются самыми лучшими из рыб. Почти все рыбные кушанья — первые, вторые, холодные и горячие закуски — можно приготовить из осетровой рыбы, и все эти блюда будут отличаться превосходным вкусом.

Отварная, паровая, сваренная в маленьком количестве жидкости («припущенная», как говорят повара), жареная, запеченная с различными соусами и без всякого соуса, осетровая рыба украшает любой стол — и обычный и праздничный.

Из мяса осетровых не рекомендуется только готовить котлеты (и вообще рубленые рыбные изделия) и фаршированные кушанья. Для этих блюд лучше использовать менее ценную рыбу.

Отсутствие костей и очень небольшое количество отходов (за исключением стерляди, осетровые поступают в продажу обезглавленными и потрошеными) делают осетровую рыбу, несмотря на относительно высокую цену, в известной мере экономным продуктом.

Рецепты приготовления осетрины, севрюги, белуги, шипа, калуги обычно почти не отличаются один от другого. Стерлядь же главным образом варят на пару и используют для приготовления ухи.

К *карповым рыбам* (рис. 9) относятся лещ, карп, жерех, язь, вобла, сазан, карась, линь и др. Карповые отличаются хорошим вкусом. Сазан и лещ осеннего улова обладают значительной жирностью.

К недостаткам карповой рыбы, в особенности мелких экземпляров леща, отно-

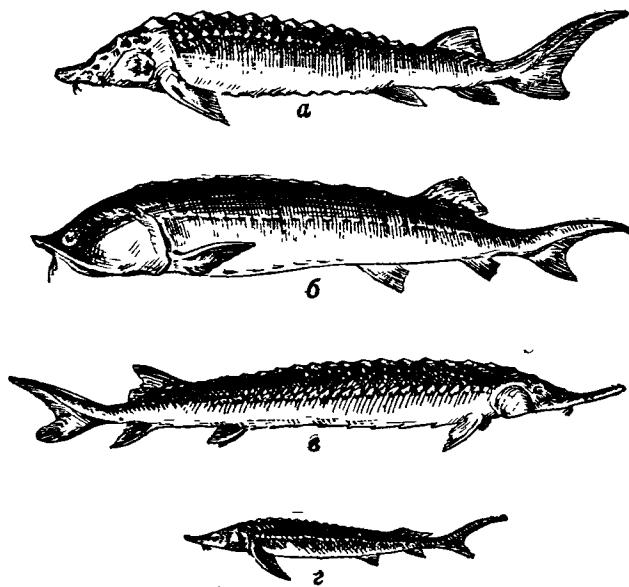


Рис. 8. Осетровые рыбы:

а — осетр; б — белуга; в — севрюга; г — стерлядь.

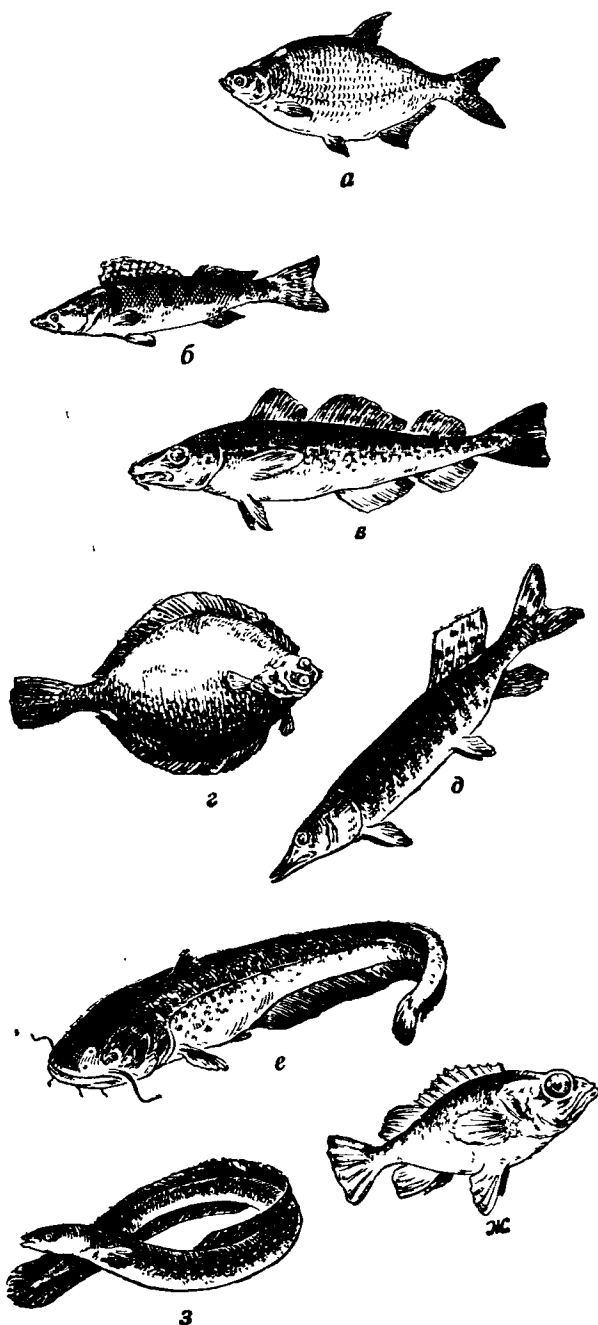


Рис. 9. Рыбы:

а — лещ; б — судак; в — треска; г — камбала; д — щука;
е — сом; ж — морской окунь; з — угорь.

сят большое количество межмышечных костей. Крупных лещей используют для жарения и фарширования, более мелких — можно запекать целиком.

В больших городах сазан и карп часто

поступают в продажу живыми. В этом виде рыба представляет собой особо высококачественный продукт, пригодный для любой кулинарной обработки, а также для диетического питания.

Карась в сметане издавна славится как одно из наиболее вкусных рыбных блюд.

Нежное мясо линей иногда имеет небольшой илистый привкус, который устраняется при добавлении в отвары большего, чем обычно, количества ароматических корней и специй. Ввиду того что в жареном виде этот привкус почти не ощущается, эту рыбу готовят преимущественно жареной или запеченной под соусом.

Крупные экземпляры жерева мясисты и жирны. В жареном виде эта рыба очень аппетитна.

Издавна широким признанием потребителей пользуется *окуневая рыба* — окунь, судак, ерш. Особенно хорош судак. Приятный вкус его нежирного, мягкого, белого, нежного мяса, малое количество мелких костей делают судака пригодным для разнообразной кулинарной обработки — варки, жарения, припускания, фарширования и т. п.

Крупных окуней и судаков жарят, отваривают, готовят заливными и фаршированными.

Отличного вкуса блюда получаются из отварного судака с различными соусами, в особенности с широко распространенным, так называемым польским соусом (растопленное сливочное масло и рубленые крутые яйца).

Для жарения, отваривания, тушения, запекания вполне пригодно филе судака. Фаршированного и заливного судака готовят преимущественно из цельной рыбы, хотя при желании можно сделать заливное блюдо и из судакового филе, добавив в отвар немного больше желатина.

Ерши и окуни имеют мелкую, очень плотную прикрепленную к коже чешую, которую трудно чистить, поэтому их считают малоприспособленными для быстрого приготовления.

Часто из мелких ершей и окуньков готовят уху. Для этого рыбку тщательно промывают, не чистят от чешуи и не потрошат, закладывают в чистую марлю и в таком виде отваривают. Затем готовую рыбу извлекают из бульона и выбрасывают. Уха получается очень наваристая и вкусная. Эта уха известна под названием «рыбачкой»; и в самом деле такой рецепт ухи

обычно применяют в семьях, где есть рыболовы, так как в магазинах мелкие ерши и окуньки в продаже почти не появляются.

К *тресковым* рыбам относятся треска, навага, пикша, налим. Уловы трески и пикши — отличной морской рыбы — с каждым годом увеличиваются. Эту рыбу почти всегда можно найти в рыбных и продовольственных магазинах. Но далеко не все хозяйки по достоинству оценивают этот недорогой, высокопитательный и вкусный продукт. За рубежом и в тех районах нашей страны, где эту рыбу издавна знают, ее предпочитают многим другим.

Треска очень удобна для приготовления, так как обработка ее не составляет особого труда: рыба поступает в продажу обезглавленной и потрошеной, а ее мелкая чешуя очень легко снимается.

Мясо трески нежирное, мягкое, в нем мало костей, оно вкусно и в жареном и в отварном виде.

Из трески готовят, кроме того, заливные, тушеные, запеченные и фаршированные блюда и закуски, а также аппетитные начинки для пирогов и сочные рыбные котлеты.

Некоторые не любят специфического, «морского» запаха трески. В жареной и запеченной рыбе этот запах ощущается значительно меньше, чем в отварной. Для уменьшения его в вареной рыбе в воду, где она отваривается, добавляют огуречный рассол. Смягчают запах рыбы также вымачиванием ее перед варкой в растворе ароматизированного уксуса.

Деликатесной рыбой заслуженно считается навага, особенно беломорская, мезенская или архангельская (этих рыб отличают по небольшому размеру и желтым или оранжевым брюшным плавникам). Навага вкуснее всего жаренной в сухарях. За редким исключением эту рыбу иначе и не готовят.

Дальневосточная навага (вахня) значительно крупнее беломорской и уступает ей по вкусу. Мясо вахни грубее, суше и так же, как у трески, имеет специфический привкус. Для удаления этого привкуса перед обжариванием с рыбы снимают кожу.

Налима готовят жареным и запеченным. Деликатесные кушанья готовят из крупной печени этой рыбы.

Много высококачественных, вкусных и полезных кушаний можно приготовить из нежного мяса *камбалы*. Среди многочисленных разновидностей камбаловых рыб

особенно вкусна крупная, жирная камбала — палтус.

Камбалу готовят преимущественно жареной и припущенной. Подают ее с разнообразными соусами, которые особенно подчеркивают ее нежный вкус (см. стр. 195). Для уменьшения специфического запаха, который довольно явственно ощущается в дальневосточной камбале, перед жарением или отвариванием с ее окрашенной, более темной стороны снимают кожу.

Щука — мясистая, нежирная рыба. Ее можно использовать для жарения, запекания, отваривания, приготовления котлет, начинок, заливных и фаршированных блюд.

Лучшим вкусом отличаются не слишком крупные щуки весом 2—2½ килограмма; крупные экземпляры иногда имеют илистый привкус, который сильнее ощущается в отварной рыбе. Для смягчения этого привкуса в жидкость, в которой отваривается рыба, добавляют большее, чем обычно, количество специй и ароматических корней.

Мясо *сома* мягко и жирно. Наибольшее количество жира содержит хвостовая часть этой крупной рыбы. Сомы готовят жареным либо припущенным. Из хвостовой, жирной части этой рыбы готовят отличные начинки для пирогов.

Морской окунь завоевывает все более широкое признание домашних хозяек. Хорошим вкусом отличается жареный морской окунь. Эту рыбу особенно выгодно покупать в виде филе, так как ее крупная голова не представляет пищевой ценности.

Угорь — очень вкусная змеевидная рыба, отличающаяся большим содержанием жира (до 22%). В домашней кухне угря готовят жареным или запеченным в тесте. Отметим, что угря нужно тщательно промывать и основательно прожаривать.

Прежде чем приступить к приготовлению рыбного кушанья, хозяйка должна убедиться, что рыба абсолютно свежа и доброкачественна, так как недостаточно свежая рыба может быть причиной тяжелого пищевого отравления.

Доброкачественность рыбы определяют по запаху и внешнему виду. Последнее особенно важно, так как сильно замороженная рыба, даже и несвежая, не издает неприятного запаха. Этот запах можно ощутить только, если проткнуть толщу рыбы разогретым в кипятке ножом, а затем быстро поднести его к носу.

Следующие признаки указывают на све-

жесть парной и охлажденной рыбы: плотное окоченевшее тело, ярко-красные жабры, выпуклые, прозрачные глаза, блестящая, плотно прилегающая чешуя, покрытая небольшим налетом прозрачной слизи. Мясо упругое и твердое, плотно прилегающее к костям. При нажатии пальцем на мясо ямка либо вовсе не образуется, либо быстро восполняется. Положенная на руку рыба не изгибается, а брошенная в воду — быстро тонет.

У доброкачественной мороженой рыбы — плотно прилегающая чешуя, глаза выпуклые или на уровне орбит. После оттаивания мясо сохраняет плотность и хорошо прилегает к костям.

Несвежая рыба имеет мутные глаза, грязно-серые или желтоватые, дурно пахнущие жабры. Матовая чешуя этой рыбы

покрыта мутной слизью, живот вздут, мясо дрябло и легко отстает от костей.

Правильные условия хранения и строгий санитарный контроль, которые осуществляются на предприятиях рыбной промышленности, торговых складах, базах и в магазинах, в значительной степени гарантируют свежесть и доброкачественность рыб. Но рыбу покупают и на рынках, а кроме того, в домашних условиях далеко не всегда имеется возможность правильно хранить этот скоропортящийся продукт. Следует помнить, что даже при наличии холодильника или погреба со льдом парную и охлажденную рыбу можно хранить (при температуре от 1 до 0 градусов) не более одного-двух дней, а во всех остальных случаях ее следует использовать в наикратчайшие сроки после покупки.

КОРОТКИЕ ЗАМЕТКИ

❖ Перед очисткой рыбы от чешуи следует удалить все плавники. Для удаления наиболее твердого, спинного плавника надрезают вокруг него с обеих сторон кожу и выдергивают плавник, захватив его кончиком полотенца. Все остальные плавники можно срезать ножницами.

❖ Рыбу с мелкой, плотно прилегающей чешуей чистят либо специальным скребком (рис. 10), либо теркой. Чтобы облегчить чистку линеи и окуней, их опускают на полминуты (но не более) в горячую воду.

❖ Перед варкой или обжариванием мороженую рыбу (кроме рыбного филе) опускают для оттаивания в холодную воду (2 л воды на 1 кг рыбы). Чтобы уменьшить потери минеральных веществ, в воду, в которой оттаивает рыба, следует добавить 7—10 г соли на 1 л воды.

❖ Мелкую рыбу (весом до 75—100 г) потрошат через разрез на брюшке и варят или жарят целиком. У крупной рыбы (весом 1—1½ кг) перед жарением отрезают голову и через образовавшееся отверстие осторожно, чтобы не раздавить желчный

пузырь, извлекают все внутренности. Затем нарезают ее на порционные куски (рис. 11).

❖ Крупную рыбу разрезают вдоль спинки на две продольные части — филей. Один филей оказывается с позвоночной костью, другой — без кости. После отделения филеев их нарезают поперечными кусками.

❖ Осетровую рыбу варят только крупным куском. Ее тщательно промывают в холодной воде, затем ошпаривают кипятком и вновь моют в холодной.

Перед обжариванием кусок осетрины нарезают на порции, предварительно сняв с него кожу и удалив хрящи.

❖ Чем меньше жидкости используется при варке, тем вкуснее получается отварная рыба. Нежным и приятным вкусом обладает рыба, отваренная на пару. Но отваривание в небольшом количестве жидкости (припускание) и варка на пару не экономичны, так как в этом случае получается только второе блюдо, а из маленького количества отвара можно, в лучшем случае, приготовить лишь соус.

❖ Пищевые отходы, остающиеся при подготовке рыбы к жарению: головы, кости, плавники, кожу —

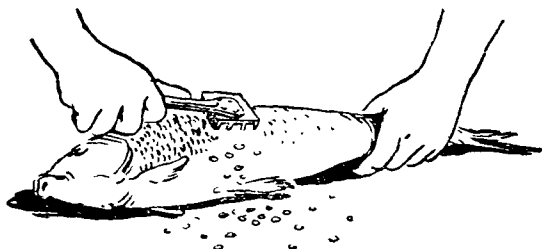


Рис. 10 Очистка рыбы от чешуи скребком.

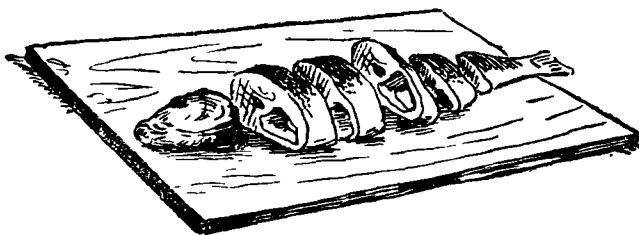


Рис. 11. Разделка рыбы на порционные куски.

используют для варки небольшого количества бульона, на котором можно приготовить вкусный соус.

❖ Все рыбные кушанья нельзя варить при сильном кипении. В начале закипания следует уменьшить обогрев, удалить пену и излишек жира с поверхности жидкости, а затем продолжать варку при слабом кипении, что видно по едва заметному, но непрерывающемуся движению жидкости.

❖ Мелкую рыбу и порционные куски крупной рыбы опускают для варки в кипящую воду. Крупные куски осетровой рыбы и крупную рыбу целиком отваривают, погружая в холодную воду. При варке ухи рыбу независимо от ее размера и веса закладывают только в холодную воду.

❖ В холодную воду, где отваривается рыба, кладут на 1 л воды измельченные корни — морковь, петрушку (по 1/2 шт.), луковицу (1 шт.), 1—2 лавровых листика 1 чайную ложку соли, 0,5 г перца горошком.

❖ Если надо отварить рыбу, имеющую сильный специфический запах (треску, камбалу, морского окуня, а иногда и щуку, линя, сома, ставриду), в воду кладут большое количество корней, лука и специй и добавляют на 1 л воды 1/2 стакана огуречного рассола или 50 г ароматизированного уксуса. Этот отвар кипятят в течение 10—15 минут, затем охлаждают и уже в охлажденный отвар закладывают рыбу для варки.

❖ Как вареная, так и жареная рыба должна быть проварена или прожарена до полной готовности.

❖ Варка крупных кусков осетровой рыбы (весом 0,5—1 кг) продолжается 1 час 20 минут—1 час 30 минут с момента закипания жидкости, варка порционных кусков (весом 75—100 г) — 15—20 минут.

Судак, треска, щука и другая рыба отвариваемая порционными кусками, бывает готова через 15—20 минут.

❖ Если у вас от обеда или ужина осталась отварная или жареная рыба, храните ее на холоде не дольше одного-двух дней и обязательно перед подачей к столу отварную рыбу прокипятите в рыбном бульоне или в воде, а жареную дополнительно прожарьте — каждый кусок с обеих сторон

❖ Перед обжариванием рыбу солят, перчат и обваливают в муке или сухарях. Сочная и вкусная жареная порционными кусками рыба получается, если за 20 минут до жарения ее замачивают в холодном молоке.

❖ В котлетную массу из рыбы добавляют на 1 кг 20 г черствого белого хлеба, 250—300 г воды (в этой воде замачивают хлеб), 20 г соли и 1 г перца

❖ На гарнир к отварной рыбе используют отварной, а к жареной — отварной или жареный картофель, а также жареные помидоры. К тушеней или запеченой рыбе можно подавать отварной рассыпчатый рис.

Макаронные изделия в качестве гарнира к рыбным кушаньям не используют.

ОВОЩИ И ГРИБЫ

Овощи. Трудно переоценить значение овощей в питании. В нашем пищевом рационе овощи являются богатым источником витаминов, углеводов, органических кислот, минеральных веществ. Они необходимы и детям и взрослым. Известно также, что овощи обладают ценным свойством улучшать и облегчать усвоение организмом жиров, белков, углеводов, содержащихся в других продуктах питания, и что, следовательно, овощи нужны и полезны не только как самостоятельные кушанья, но и как гарниры для разнообразных мясных и рыбных блюд и закусок.

Чем шире ассортимент овощей, которые используются в питании семьи, тем большее разнообразие полезных и необходимых человеческому организму веществ эта пища содержит, так как по своему химическому составу овощи весьма различны: картофель богат витамином С и крахмалом, капуста (особенно цветная) — витамином С, морковь — каротином (провитамин А), белые корни (петрушка, пастернак, сельде-

рей) — ароматическими веществами, свекла — сахаром, помидоры — органическими кислотами и витаминами С, В₁, В₂, РР, бобовые — легкоусвояемыми белковыми веществами и т. д.

Кулинарные качества овощей общеизвестны. Разнообразие вкуса и запаха позволяет готовить из этих продуктов различные кушанья, начиная от самых простых и кончая самыми изысканными. Практически рецепты приготовления овощных блюд бесчисленны, так как овощи вкусны и аппетитны во всех видах — отварными, жареными, запеченными, гущеными, фаршированными, под различными соусами, с разнообразными приправами.

Но при всем разнообразии способов кулинарной и тепловой обработки овощей существуют и общие правила, которые необходимо соблюдать со всей строгостью, чтобы сохранить в готовом овощном кушанье его главные питательные качества.

Правильная подготовка и варка овощей, обеспечивающая наибольшую сохранность



их пищевых качеств, совсем не сложна, она не требует от хозяйки лишнего труда и времени, к ней только надо привыкнуть.

Картофель благодаря своим вкусовым качествам относится к тем редким продуктам питания, которые даже и при частом, ежедневном использовании не надоедают, не приедаются.

Большую роль в этом играет и разнообразие способов приготовления картофеля, которыми обычно владеют даже и не очень опытные домашние хозяйки.

Для самостоятельного блюда, для гарнира и для пюре наиболее пригоден рассыпчатый картофель. В горячем виде рассыпчатый картофель обладает наилучшим вкусом.

Для салатов и винегретов, супов, жарения и во всех холодных блюдах и закусках целесообразнее использовать менее рассыпчатый картофель, так как он лучше сохраняет приданную ему при нарезании форму.

При обжаривании картофеля во фритюре можно использовать с одинаковым успехом и более и менее рассыпчатый картофель, так как при таком обжаривании

форма нарезанных кусочков хорошо сохраняется.

Экономичны и удобны для чистки клубни среднего размера, правильной формы, с неглубоко сидящими «глазками».

К наиболее распространенным сортам картофеля (рис. 12) относят «лорх». Он рассыпчат, содержит значительное количество крахмала и обладает превосходным вкусом. Белые клубни «лорха» имеют удлиненную или округло-овальную форму.

«Ранняя роза» — скороспелый сорт картофеля; клубни его розоватого или красного цвета, при варке мало рассыпчаты.

«Эпикур» имеет белые округлые клубни с неглубокими «глазками».

«Юбель» имеет крупные светло-желтые клубни удлиненной формы.

Ранний молодой картофель содержит меньше крахмала, чем позднеспелый; он не рассыпчат, но обладает очень приятным вкусом.

Для того чтобы наиболее полно сохранить вкус картофеля, его нужно не только правильно варить или жарить, но и правильно хранить.

Картофель хранят обычно в темноте, так как на свету он зеленеет (в нем накапливается ядовитое вещество — соланин). Температура воздуха для хранения картофеля должна быть не ниже 3°. При более низкой температуре происходит осахаривание содержащегося в клубнях крахмала и картофель приобретает неприятный сладковатый

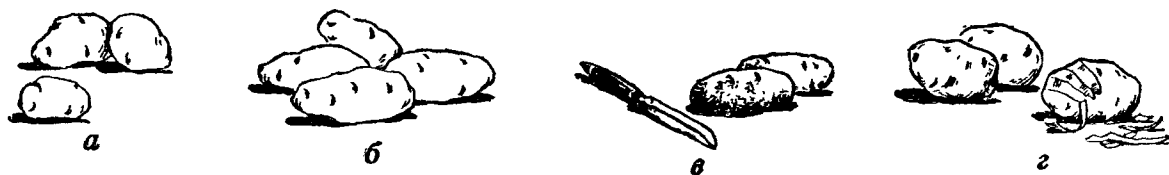


Рис. 12. Сорта картофеля:
а — «лорх»; б — «юбель»; в — «ранняя роза», г — «эпикур».

тый привкус. Однако с наступлением весны в подвалах и обычных картофелехранилищах трудно поддерживать такую температуру, а при ее повышении клубни начинают прорастать. Поэтому чтобы предупредить прорастание и сохранить картофель до нового урожая, рекомендуется опылять клубни специальным препаратом М-1, вырабатываемым нашей химической промышленностью.

Обработку картофеля препаратом проводят в начале зимы. На опыливание 1 центнера картофеля расходуется 300 граммов препарата М-1. Порошок закладывают в сито или мешочек из редкой ткани (марли и др.) и равномерно его распыливают. После такой обработки картофель кладут в мешки, корзины или в закрома (насыпь). В закромах слой картофеля не должен быть выше 1 м. Чтобы препарат М-1 не улетучивался, картофель сверху прикрывают мешковиной, соломой и т. п.

Препарат М-1 задерживает рост клубней, и его нельзя применять при хранении семенного картофеля.

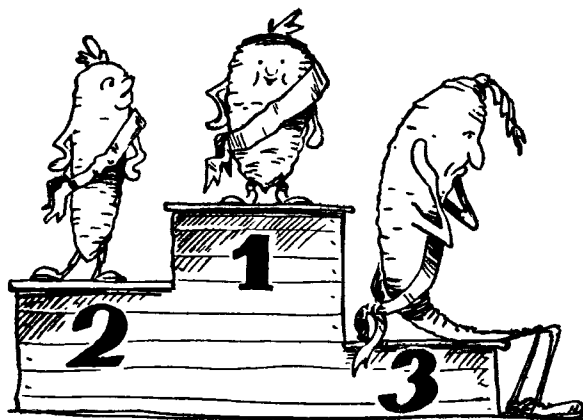
Если картофель за время хранения все же приобрел сладковатый привкус, его следует перед использованием в пищу перенести из хранилища в теплое помещение и выдержать 5—6 дней при температуре 20—25°. В этих условиях большая часть накопившегося в клубнях сахара вновь перейдет в крахмал и картофель приобретет нормальный вкус.

Перед закладыванием на хранение картофеля необходимо перебрать — удалить испорченные клубни, а клубни, поврежденные во время уборки (с порезами, содранной кожицей и т. п.), отложить и использовать в первую очередь. Если уборка картофеля проводилась в дождливые дни, его следует хорошо просушить, так как мокрый и грязный картофель быстро портится.

Морковь имеет хороший вкус и приятный запах. Лучшие сорта моркови имеют ярко окрашенную оранжевую мякоть и маленькую сердцевину, почти не отличающуюся по цвету от всей остальной мякоти.

Значительная сладость моркови делает ее вполне пригодной для сырых салатов.

Но морковь используют не только для приготовления самостоятельных блюд, гарниров, салатов, ее применяют также для улучшения внешнего вида многих супов (для чего измельченную морковь тушат с жиром) и для получения сока, широко применяемого в детском питании.



По форме морковь делят на каротель, полудлинную и длинную.

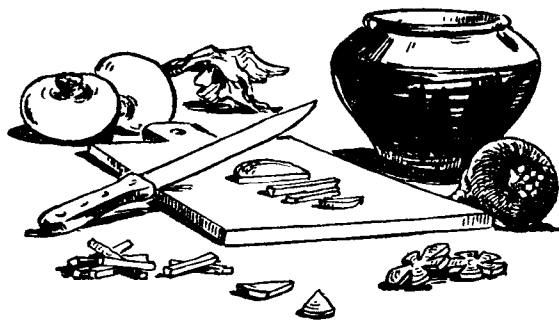
Корнеплоды длинной моркови грубее и менее сладки, чем корнеплоды полудлинной моркови и каротели. Сорта длинной моркови можно применять для тушения, приготовления котлет и запеканок.

Наилучший вкус и аромат имеет полудлинная морковь сортов «нантская», «шантене» и «геранда». Эту морковь можно с успехом использовать для гарниров.

Каротель относится к ранним сортам моркови. Она плохо хранится, но очень вкусна и ароматна.

Свекла лучших сортов, как правило, имеет корнеплод округлой или округло-плоской формы, кожицу — одного из самых темных оттенков красного или фиолетово-красного цвета, мякоть — темного цвета, без белых колец. Удлиненный корнеплод со светло окрашенной мякотью и обилием светлых колец на вкус значительно грубее и хуже.

Свеклу используют для борщей, винегретов, ее тушат, маринуют и фаршируют, а также используют для украшения кушаний.



Приготавливая блюда из свеклы, следует учитывать, что чистить от кожицы ее нужно непосредственно перед варкой, так как она быстро темнеет, и что при длительной варке ее натуральный цвет приобретает некрасивый бурый оттенок.

Если хотят сохранить натуральный цвет свеклы, ее запекают или отваривают в кожуре или добавляют в жидкость, в которой ее варят, немного уксуса или лимонной кислоты.

К лучшим сортам свеклы относят «бордо», «плоскую грибовскую» и «несравненную».

Брюква и репа наиболее вкусны в сыром виде. Но их можно использовать и для тушения, жарения, гарнира, а также в супах. Добавлять в овощные супы брюкву и репу нужно в умеренных количествах, так как брюква обладает в вареном виде довольно резким запахом, а отваренная репа может придать супу горечь.

Редис и редька используются в пищу только сырыми. Редис с маслом, редис со сметаной и редис в зеленом салате — первые весенние кушанья. Мякоть весеннего редиса очень сочна. К лучшим сортам редиса (рис. 13) относят так называемый «розово-красный с белым кончиком» и белый удлиненной формы редис «московский парниковый».

Приятная горечь, умеренная острота вкуса и сочность присущи лучшим сортам редьки. Этими качествами отличается круглая черная редька. Большая горечь и острота отличают белую редьку удлиненной формы, так называемую «грайворонскую».

Полезный, вкусный и недорогой салат во все времена года можно получить, заправив измельченную (нарезанную ломтиками или натертую на терке) редьку сметаной или подсолнечным маслом.



Рис. 13. Сорта редиса:

а — «розово-красный»; б — «московский парниковый».



Петрушка, пастернак, сельдерей широко применяются в кулинарии для придания аромата первым и вторым блюдам из мяса, рыбы, птицы, для соусов, приправ, закусок и т. п. В относительно больших количествах их используют в рассольниках.

Аппетитный запах и привлекательный внешний вид придает кушанью мелко нарезанная зелень петрушки. Веточками этой зелени украшают готовые блюда и закуски. Измельченная зелень петрушки обогащает пищу питательными веществами. К лучшим сортам петрушки относят «бордовикскую», имеющую крупный корнеплод, и «кудрявую», дающую только красивую ароматную зелень.

Пастернак значительно менее известен и, кстати сказать, совершенно незаслуженно. Вкус этого корнеплода как бы сочетает вкус петрушки и моркови. Его добавляют в супы и используют при варке рыбных кушаний.

Сельдерей имеет три разновидности: корневой (для многих деликатесных салатов, а также для ароматизации супов), черешковый (как приправа для салатов) и листовый (для соусов и для ароматизации супов).

Петрушка, пастернак и сельдерей, а также морковь нуждаются в особо тщательном хранении. Эти корнеплоды необходимо беречь от увядания и порчи. Их перед закладкой на хранение перебирают, удаляют испорченные, сортируют поврежденные (с отломанными кончиками и т. п.), чтобы использовать в самые короткие сроки.

Хранят их штабелями, пересыпая каждый слой песком. Наилучшая температура хранения 0—1°.

Капуста — широко распространенный продукт.

Из всех капустных овощей белокочанная капуста по праву занимает

в потреблении населения первое место. Блюда из белокочанной капусты содержат сахар, минеральные вещества и витамины. Недорогие и очень вкусные салаты, первое и второе блюда, гарниры можно приготовить из сырой, маринованной и квашеной капусты. В квашеной капусте дольше сохраняются витамины, что делает ее особенно полезным продуктом в зимнее время.

Наилучшими качествами отличается капуста, имеющая тяжелые плотные кочаны. Белые сочные листья и небольшая кочерыжка — также признаки капусты высокого качества. Кочаны удлиненной формы, как правило, бывают значительно более рыхлыми и менее белыми.

По времени созревания белокочанная капуста подразделяется на раннюю, средне-спелую и позднюю.

Ранняя капуста имеет нежные сочные листья очень приятного вкуса, но в отличие от среднеспелой и поздней она неустойчива в хранении и из-за малой сахаристости почти совсем не пригодна для квашения.

Из ранней капусты можно приготовить все капустные блюда, но наиболее пригодна она отварной, так как жарение заглушает особо тонкий вкус этой капусты.

Из ранней капусты (в ней много витаминов) получают очень вкусные, питательные и полезные сырые салаты.

Поздняя капуста хорошо хранится. К лучшим сортам ее относят «амагер» (очень плотные округло-плоские кочаны) и «московскую позднюю» (крупные белые круглые кочаны с небольшой кочерыжкой).

Плотные белые кочаны этой капусты можно использовать для обжаривания, тушения, для супов, гарниров, начинок в пироги, более рыхлые — целесообразно применять для голубцов и фарширования.

Из среднеспелых сортов капусты наиболее известны «брауншвейгская», «белорусская» и «слава грибовская».

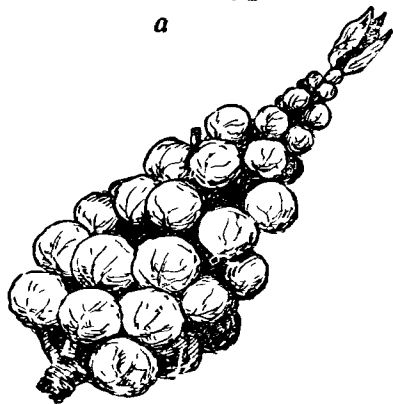
Краснокочанная капуста (рис. 14) используется для салатов и значительно реже для тушения. Салат из сырой или маринованной краснокочанной капусты подают к некоторым мясным кушаньям и блюдам из дичи.

Брюссельская капуста имеет мелкие кочешки, расположенные на стеблях. Нежный вкус и приятный запах этой капусты делает ее особо пригодной для овощных супов и гарниров. Ее готовят также отварной.

Цветную капусту относят к числу



а



б



в



г

Рис. 14 Сорта капусты:

а — краснокочанная, б — брюссельская, в — цветная;
г — кольраби.

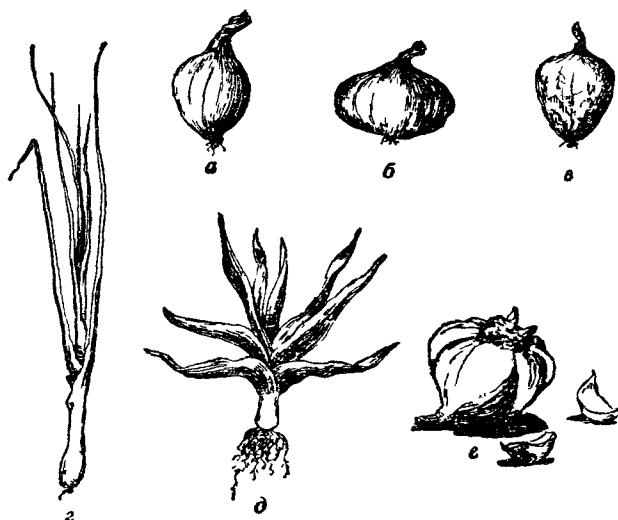


Рис 15. Луковые овощи:

а — репчатый «арзамасский» лук; б — репчатый «мячковский»; в — репчатый «каба»; з — зеленый лук; д — порей; е — чеснок.

самых деликатесных овощей. Наилучшего качества цветная капуста должна иметь крупную, очень плотную, снежно-белую головку. Такую капусту целесообразно готовить отварной с сухарями, с маслом или под соусом. Менее плотные и менее белые головки применяют для супов и гарниров. Разделенную на отдельные мелкие кочешки цветную капусту маринуют.

Кольраби имеет утолщенный стебель, напоминающий по внешнему виду крупную репу. По вкусу кольраби похожа на очень сладкую, нежную и сочную кочерыжку белокочанной капусты. Кольраби применяют для супов, салатов и для тушения.

Только поздние сорта белокочанной капусты пригодны для продолжительного хранения, но и среди них есть и более и менее устойчивые в хранении. Так «московская поздняя» в свежем виде сохраняет доброкачественность только до января, поэтому ее используют преимущественно для квашения, либо реализуют в первую очередь, в то время как «амагер» и такой среднеспелый сорт, как «белорусская», считаются наилучшими сортами для продолжительного хранения.

Для хранения рекомендуется отбирать плотные кочаны, оставляя на них плотно прилегающие зеленые листья. Лучшей температурой хранения считают — 1° при достаточно большой влажности воздуха. Капусту выкладывают на полки хранилища или помещают в ящики-клетки.

Можно применить следующий простой способ хранения капусты. В начале зимы утрамбовывают снежную площадку, кладут на нее слой кочанов и засыпают их слоем снега, затем кладут следующий слой кочанов и вновь слой снега; так, перемежая слои, выкладывают бурт (кучу) конусообразной формы, высотой приблизительно 1 м. После этого бурт засыпают толстым слоем снега (около 0,8 м) и укрывают его сверху соломой, рогожей и т. п. чтобы снег не таял. Рекомендуется располагать бурт в затененном месте. В снежных буртах капуста хранится до июля, то есть до созревания ранней капусты нового урожая.

К луковым овощам относятся лук репчатый, зеленый, порей и чеснок (рис. 15).

Репчатый лук находит самое широкое применение в кулинарии. Его добавляют в первые и вторые блюда, соусы, маринады, фарши и начинки, закуски и салаты.

Репчатый лук по остроте вкуса подразделяют на острый, полустрый и сладкий. Для всех кушаний, закусок, салатов и приправ, в которых используется сырой лук, наиболее пригоден сладкий. При необходимости смягчить горечь острого лука его после нарезания промывают в холодной воде. К лучшим сортам острого лука относятся «арзамасский», «ростовский», полустрогого — «мячковский» и «даниловский», сладкого — «каба».

Продолжительное и успешное хранение лука зависит прежде всего от степени его просушки. Хорошо просушенные луковичы с шейкой длиной не менее 2 см, связанные в пачки, отлично хранятся в теплом и сухом месте при комнатной температуре. Хорошо сохраняются острые сорта лука.

При необходимости хранить много лука его помещают на полках хранилища слоем высотой 30—40 см и хранят при температуре от 2 до 5°.

В ряде районов репчатый лук выращивают из мелких луковичек — лука-севка. Для того чтобы при посадке лука-севка собрать урожай крупных лукович, рекомендуется хранить севок до высадки при температуре не ниже 15—18°.

Лук-порей имеет своеобразный, менее резкий, чем у репчатого, вкус и запах. Его применяют как приправу в супы и вторые блюда. Используют в пищу белую часть стебля и молодые листья.

Зеленый лук можно иметь в меню в течение круглого года, так как он легко

выращивается в парниках. Его добавляют в салаты и винегреты, в гарниры и холодные блюда, им украшают многие кушанья и закуски.

Чеснок особенно широко применяют в кавказских и среднеазиатских блюдах. Он содержит особые вещества, обладающие свойством уничтожать некоторые болезнетворные микробы.

У чеснока устойчивый, сильный и резкий запах, поэтому использовать его в пищу нужно в умеренных количествах.

Томаты (помидоры) также имеют многообразное использование. Почти все красные соусы, столь распространенные в кулинарии, имеют в своем составе томат-пасту или томат-пюре. В многочисленные супы, щи и борщи и в разнообразные вторые мясные и рыбные блюда добавляют либо свежие помидоры, либо томат-пюре.

Из свежих помидоров готовят отличные салаты и винегреты.

Жареные или запеченные помидоры — вкусный гарнир, фаршированные помидоры — хорошее второе блюдо.

Мелкие помидоры наиболее пригодны для консервирования.

Помидоры лучших сортов содержат мало семян. Поверхность их плода бывает не ребристой, а гладкой, мякоть — сочной и слегка сладкой. К этим сортам относят «грунтовый скороспелый», «бизон», «эрлиану грибовскую», «буденовку».

Плоды с малым количеством семян особенно хороши для салатов, фарширования и гарниров, а с большим содержанием семян — для супов.

Помидоры можно сохранить свежими в течение двух месяцев, если отобрать крепкие, зеленые, здоровые плоды, положить их в ящики или корзины и, пересыпав сухими древесными опилками, хранить в сухом

темном помещении при температуре от 10 до 12°. За несколько дней до использования необходимое количество помидоров переносят в теплое место, где они при температуре 20° быстро дозревают. Но плоды, которые хранились при температуре ниже чем 10°, обычно портятся и нормально не дозревают даже после переноса их в теплое место.

В процессе хранения необходимо систематически проверять помидоры и отбирать созревшие плоды.

Перец красный имеет различное кулинарное применение в зависимости от степени сладости, остроты и горечи его вкуса.

Сорта сладкого красного перца применяют для самостоятельных овощных блюд (перец фаршированный). Сладкий перец имеет мясистую блестящую оболочку, внутри его находятся мелкие, очень горькие зерна, которые нужно тщательно удалять. Вкус этого перца приятный, слегка острый и вместе с тем сладковатый; его используют недозрелым, когда плод бывает одного из оттенков зеленого цвета.

Сорта *острого перца* используются только как приправа. Этот перец добавляют в супы, маринады и квашения. Цвет плода острого перца (он используется обычно в стадии зрелости) ярко-оранжевый или ярко-красный.

Огурцы широко используют свежими, солеными и маринованными. Ранние парниковые огурцы обладают очень тонким ароматом и нежным вкусом. Они лучшее украшение весенних салатов.

Соленые огурцы подают как гарнир к различным мясным и рыбным блюдам, они входят составной частью в рассольники и солянки.

Огурцы лучших сортов покрыты нежной кожицей, имеют удлиненную форму и очень



Рис. 16. Огурцы:
а — вязяжковские; б — муромские; в — нежинские; з — клнские.



мелкие семена. Для салатов, гарниров и использования в свежем виде наиболее пригодны некрупные, среднего размера огурцы. Самые мелкие применяют для маринования. Для посола хороши огурцы с негладкой, бугорчатой поверхностью.

К раннему сорту относят (рис. 16) превосходные клинские огурцы. Парниковые клинские огурцы — довольно крупные, покрыты светло-зеленой бугорчатой кожицей, отличаются приятным тонким вкусом, ароматом, сочной, нежной мякотью. Этот сорт огурцов плохо хранится; используют их для салатов и свежими как гарнир и для украшения блюд.

Муромские огурцы — среднего размера и удлинённо-яйцевидной формы; используют их и для соления и свежими.

Вязниковские огурцы наиболее известны; бугорчатая зеленая кожица этих огурцов покрыта светлыми полосками.

Нежинские огурцы заслуженно считают лучшим сортом для соления, они обладают превосходным вкусом, и в них при засоле не образуется пустот. Цвет нежинского огурца — темно-зеленый, поверхность — ребристая, крупно-бугорчатая, на кожице — светлые полосы, доходящие до половины огурца.

Тыква вкусна обжаренной, тушеной, в виде пюре или каши с добавлением пшена, риса и т. п. К лучшим сортам тыквы относят «мозолеевскую», с бледно-оранжевой мякотью, хорошего вкуса, и «испанскую», особенно сладкую, с мякотью оранжевого цвета.

Кабачки жарят, тушат, фаршируют, добавляя в овощные смеси для первых и вторых блюд, готовят из них овощную икру.

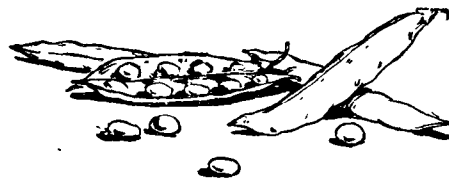
Кабачки используют только в незрелом виде. Наилучшим, наиболее нежным вкусом обладают некрупные, молодые плоды, их фаршируют и жарят, а более крупные кабачки применяют в супах, овощных смесях и для приготовления икры.

Баклажаны используют для тушения,

обжаривания кусочками, в овощных рагу, для фарширования и для приготовления широко известной закуски — баклажанной икры. Для фарширования и жарения наиболее пригодны некрупные баклажаны, а из крупных готовят икру, можно также добавлять их кусочками в овощные рагу.

Сахарная кукуруза незрелая (в стадии «молочной спелости») легко усваивается, она питательна и дешева. Вкусное блюдо можно приготовить как из цельных, отваренных в соленой воде початков, так и из цельных быстрозамороженных початков или из кукурузных зерен, консервированных в жестяных коробках.

Бобовые овощи — горох, фасоль, бобы — в зависимости от сорта и зрелости относят



либо к овощам, либо их используют в качестве крупы. Незрелыми (в стадии «молочной зрелости») эти питательные и вкусные овощи используются в супах, для приготовления вторых овощных кушаний и в качестве гарниров.

Особенно хорош зеленый горошек, его заслуженно считают деликатесным продуктом. Консервирование почти не ухудшает его вкуса, и поэтому зимой и весной консервированный зеленый горошек добавляют во все те кушанья, в которых используется и свежий, то есть в гарниры, овощные супы и разнообразные салаты. Быстрозамороженный зеленый горошек — отличный продукт, используемый так же, как и свежий.

В кавказской кухне часто применяют овощную фасоль. Незрелые «лопатки» этой фасоли очень вкусны и как самостоятельное овощное блюдо и как гарнир.

Консервированные лопатки фасоли могут с успехом заменять свежие и применяться для приготовления тех же кушаний и гарниров.

Салатные овощи весной, летом и осенью должны входить в ежедневный рацион, так как их пищевая ценность велика, а вкус превосходен. К наиболее распространенным разновидностям салата относят салат-латук (листовой, кочанный и ромен).

Шпинат часто используют в диетическом и детском питании. Он содержит, кроме витаминов, такие ценные для питания вещества, как железо, кальций, фосфор. Из шпината готовят пюре, супы, соусы, гарниры.

Щавель применяют для приготовления горячих и холодных супов, имеющих приятный кисловатый вкус; но так как щавель содержит значительные количества щавелевой кислоты (излишек которой противопоказан в питании), блюда из щавеля лучше готовить не слишком часто. Листья щавеля быстро вянут, поэтому их нужно использовать в день покупки. Крупные щавелевые листья освобождают от черенков, так как они придают супам слишком кислый вкус.

Ревень (черешки) идет на приготовление приятных, освежающего вкуса киселей и компотов. Ревеневые черешки добавляют и в некоторые овощные супы и салаты. К преимуществам ревеня относят его раннее созревание, он поступает в продажу в то время, когда других свежих овощей еще почти нет.

Пряные овощи и травы используются главным образом для обогащения вкусовых и ароматических качеств блюд и закусок. Но пряные овощи (укроп, эстрагон, майоран и др.) и пряные травы (базилик, чабер,



мята и др.) имеют по сравнению с лавровым листом, лимонной кислотой и другими подобными специями и пряностями то несомненное преимущество, что они не только витаминозны, — их свежая зелень украшает пищу, что также весьма существенно.

Грибы. Тот, кто готовит кушанья из грибов, должен знать их и безошибочно отличать съедобные от ядовитых, так как ошибка здесь может вызвать весьма серьезное отравление.

К наиболее распространенным съедобным грибам относят белые (боровики), подосиновики (красные), подберезовики, масленки, рыжики, грузди, опенки, сыроежки, лисички, сморчки, шампиньоны, трюфели (рис. 17).

Белый гриб (боровик) благодаря своему вкусу и аромату, а также свойству не изменять цвета при любой кулинарной обработке считается самым лучшим из наших грибов. Белый гриб имеет бледно-желтую или светло-коричневую шляпку и толстый, расширяющийся книзу корешок. Нижняя сторона шляпки у молодых грибов белая, у зрелых и старых — одного из оттенков зеленовато-желтого цвета. И в свежем и в сушеном виде эти грибы отличаются превосходным вкусом. Кроме самостоятельных блюд, для которых, как правило, применяются свежие белые грибы, они используются и в качестве деликатесной приправы, придающей кушаньям из мяса, рыбы, птицы, дичи, овощей, а также разнообразным соусам отличный вкус, нежный и тонкий аромат.

Для грибных бульонов, отличающихся приятным ароматом, используют преимущественно сушеные белые грибы. В осенне-летний сезон для приготовления супов используют и свежие грибы.

Подосиновик (красный гриб) молодой имеет ярко-красную или ярко-оранжевую





Рис. 17. Грибы:

а — белый гриб; б — подосиновик; в — подберезовик; г — масленок; д — рыжик; е — лисички; ж — опята; з — сыроежка; и — шампиньон; к — сморчки.

шляпку, а у зрелых и старых подосиновиков она одного из оттенков буро-красного цвета. На изломе этот гриб синееет. Корешок гриба — белый, покрытый темными чешуйками. Нижняя часть шляпки у молодых грибов — белая, у зрелых — сероватая.

Подосиновики используют преимущественно свежими (для жарения и тушения), солеными и маринованными. Для варки бульонов и супов эти грибы не особенно хороши, но, если вас не смущает, что отвары из подосиновиков имеют темный цвет,

вы можете приготовить из них грибной суп неплохого вкуса.

Подберезовик отличается буро-коричневой шляпкой и тонким светлым корешком, покрытым черноватыми чешуйками. При изломе мякоть этого гриба цвета не изменяет. Нижняя сторона шляпки у подберезовика — серовато-белая.

Подберезовики используют так же, как и подосиновики.

Масленок имеет шляпку одного из оттенков красного или буро-желтого цвета. Низ шляпки — желтоватый. У молодых грибов края шляпки соединены тонкой пленкой с корешком, у зрелых — в месте, где пленка прикреплялась к корешку, сохраняется колечко.

Маслята используются для жарения, тушения, соления и маринования.

Рыжики, лисички, опенки, сыроежки вместо губчатой мякоти на нижней стороне шляпки имеют пластинки.

Шляпка и корешок рыжика одноцветны — одного из оттенков оранжево-красного цвета. Эти вкусные грибы используют в основном для соления.

Опенки и сыроежки жарят. Мелкие шляпки опять очень вкусны солеными и маринованными.

Лисички имеют шляпку и корешок ярко-желтой окраски. Из всех грибов они дают наименьшее количество отходов, так как не поражаются червями. Лисички используют для жарения, соления и маринования.

Сморчки — первые весенние грибы. Они имеют своеобразную удлинено-яйцевидную форму и ячеистую поверхность. Цвет сморчков желтовато-коричневый, мякоть — белая. Эти грибы используют для жарения. О сморчках и строчках надо сказать, что иногда они могут вызвать отравление, поэтому их рекомендуется, очистив, разрезать на кусочки и как следует прокипятить, после чего отвар вылить, а грибы отжать и далее готовить их, как и другие грибы, с той разницей, что их необходимо и после этой предварительной обработки очень тщательно и долго варить и жарить.

Шампиньоны справедливо относят к деликатесным грибам. В больших городах шампиньоны поступают в продажу в те времена года, когда никаких других свежих грибов нет, так как это единственные грибы, которые вполне успешно выращиваются в искусственных условиях (в специальных шампиньонницах).

Но шампиньоны бывают и дикорастущими — луговые и полевые. Луговой шампиньон имеет белую округлую шляпку, покрытую шелковистой пленкой, на которой иногда бывают чешуйки. Нижняя часть шляпки у молодых грибов имеет пластинки розоватого оттенка. Грибы с сильно почерневшими пластинками в пищу использовать не рекомендуется. Полевые шампиньоны отличаются несколько удлиненным корешком.

Из шампиньонов готовят не только самостоятельное грибное кушанье, но и одну из самых лучших приправ к рыбным и мясным кушаньям.

Запомните и учтите, что существуют разновидности ядовитых грибов, по внешним признакам почти не отличающиеся от съедобных, а кроме того, и это следует особенно подчеркнуть, перезрелые и червивые экземпляры даже и съедобных грибов в пищу не пригодны. Необходимо отметить также, что признаки, отличающие съедобные грибы от несъедобных, в соленых, маринованных или сушеных грибах даже опытный глаз различает с трудом.

Короче говоря: если вы не убеждены, что хорошо знаете грибы, лучше откажитесь от них, в особенности от тех, которые были собраны неопытными людьми.

Особое внимание нужно обратить при ознакомлении с ядовитыми грибами на те из них, которые по своему внешнему виду весьма сходны со съедобными (рис. 18). К таким грибам относят бледную поганку, которую отличают от шампиньона по окраске нижней стороны шляпки — у поганки она белая, светло-желтая или светло-зеленая, а у шампиньона — розовая

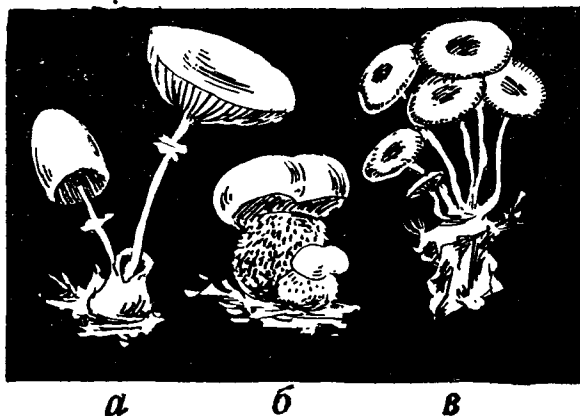


Рис. 18. Ядовитые грибы:
а — бледная поганка; б — желчный гриб; в — ложные опята.

или красновато-черная, у основания шляпки поганка имеет два кольца, а шампиньон — одно.

Желчный гриб одновременно похож и на белый (боровик) и на подберезовик. Нижняя сторона желчного гриба — одного из оттенков розового цвета, на изломе гриб быстро краснеет.

Ложный опенок имеет шляпку желто-оранжевого, значительно более яркого

оттенка, чем съедобный; на ножке съедобного опенка есть кольцо, у ядовитого оно отсутствует.

Даже опытный глаз с трудом отличает несъедобную красную сыроежку от съедобной. Лучше отказаться вообще от использования в пищу сыроежек с красными, розовыми, сиреневыми шляпками и ограничиться теми, у которых шляпки одного из оттенков желтого цвета.

КОРОТКИЕ ЗАМЕТКИ

❖ Наилучшими пищевыми качествами обладают овощи сразу после сбора. Овощи непосредственно с грядки — самые вкусные и самые питательные.

❖ Не выливайте воду, в которой варились очищенные от кожицы овощи. Этот отвар содержит много полезных веществ. Его можно использовать для приготовления супа или соуса.

❖ Овощи нужно отваривать в малом количестве воды так, чтобы она не покрывала их выше, чем на 1 см. Наилучшими способами варки считают варку на пару и варку в маленьком количестве жидкости (припускание). Некоторые овощи (помидоры, кабачки, тыква) выделяют при варке собственный сок. Эти сочные овощи обладают наилучшим вкусом и питательностью, если их отваривают без добавления жидкости.

❖ Крупные экземпляры овощей теряют при варке меньше питательных веществ, чем мелкие; цельные — меньше, чем нарезанные кусочками.

❖ Чтобы лучше сохранить витамины в кушанье, овощи закладывают для варки только в кипящую жидкость небольшими порциями.

❖ Овощные кушанья, супы, гарниры варят в посуде с плотно закрытой крышкой.

❖ Витамины, содержащиеся в овощах, разрушаются от соприкосновения с металлом. Поэтому для приготовления овощных пюре предпочтительнее пользоваться деревянными пестиками и волосяными ситами.

❖ Овощи лучше всего отваривать в эмалированной посуде, которая не должна иметь дефектов (отколовшейся эмали).

❖ В щи, борщи, овощные рагу и другие кушанья, в состав которых входит различный овощной набор, овощи закладывают для варки постепенно, в первую очередь те, которые требуют более длительной варки.

❖ Морковь бывает готова через 20—30 минут варки, шавель и шпинат — через 10 минут, цельный картофель варится 25—30 минут, капуста — 30—50 минут, свекла — 1 час 15 минут. Значит, последовательность закладки должна быть примерно такой: сначала свеклу, затем капусту, потом картофель и морковь.

❖ В тушеную свежую капусту добавляют небольшое количество уксуса или лимонной кислоты для того, чтобы она не становилась слишком мягкой. Вообще добавление кислоты замедляет разваривание овощей, поэтому кислоту, а также продукты, содержащие кислоту (томат-пюре, свежие помидоры, огуречный рассол, соленые огурцы и т. п.), добавляют в кушанье в конце варки.

❖ При варке овощей никогда не добавляйте соду, так как она разрушает витамин С. Можно добавить немного пищевых кислот (уксуса, лимонной кислоты), так как они способствуют сохранению этого витамина. Ускорить разваривание бобовых можно не содой, а предварительным замачиванием в холодной воде.

❖ Вареные овощи нельзя хранить в воде, где они отваривались, так как от этого они становятся водянистыми и невкусными. Только цветную капусту можно хранить непродолжительное время в отваре, а все остальные овощи после варки откидывают на дуршлаг.

❖ Овощи, сваренные в кожце, легче и лучше очищаются в горячем виде. Горячими нужно также протирать овощи для пюре.

❖ Быстрозамороженные овощи — зеленый горошек, помидоры, овощные смеси — закладывают для варки, не размораживая, прямо в кипящую жидкость.

❖ Овощное кушанье нужно подавать к столу тотчас же после окончания варки. Переваренные овощи, а также хранящиеся готовыми на горячей плите или подогреты, теряют значительное количество ценных пищевых веществ. Готовые щи, простоявшие на горячей плите 6 часов, сохраняют только 10% витаминов, содержащихся в сырых овощах.

❖ Рассыпчатый картофель варят после закипания воды 15 минут, затем сливают почти всю воду (оставив очень немного только на дне) и доваривают на маленьком огне, плотно закрыв посуду крышкой.

❖ Чтобы картофель, который вы варите в «мундире», не слишком разварился (это делает его непригодным для последующего жарения), добавляйте в воду больше соли, чем вы это делаете при обычной варке.

❖ При длительном хранении в воде картофель теряет часть крахмала, витамина С; вкус его ухудшается. Особенно велики потери крахмала и витамина, если в воде хранится картофель, нарезанный кусочками. Как и других овощей и плодов, чистку и нарезание картофеля целесообразно проводить непосредственно перед варкой или жарением.

❖ Картофель отварной для последующего жарения, а также овощи для салатов и винегретов предпочтительнее варить, не очищая от кожицы, чтобы в них лучше сохранились пищевые вещества.

❖ Для того чтобы жареный картофель имел хрустящую корочку, его после нарезания промывают в холодной воде, а затем отсушивают в чистом полотенце и кладут для жарения в хорошо разогретый жир.

❖ Все овощи, кроме зеленого горошка и свеклы, варят в подсоленной воде. Зеленый горошек в соленой воде варится долго, а свекла теряет свой вкус.

❖ В отличие от других овощей шавель, шпинат, лопаточки зеленого горошка и стручки фасоли варят в большом количестве кипящей воды, что сохраняет их натуральный цвет.

Кукурузу рекомендуется отваривать целым початком, не очищая его от листьев.

❖ Витамин А и каротин хорошо переносят варку, но они разрушаются от кислоты. Поэтому уксус и лимонную кислоту надо вводить в салаты, винегреты только перед тем, как их подавать к столу.

❖ Никогда не следует жарить сырую капусту. При обжаривании она становится сухой и невкусной, поэтому ее сначала отваривают и уже затем жарят. Для начинок измельченную сырую капусту перед обжариванием обдают кипятком.

❖ В плотной головке цветной капусты попадают гусеницы для извлечения которых капусту на 30 минут до варки опускают в подкисленную или подсоленную холодную воду.

❖ Для удаления песка и земли зеленый салат, шавель, шпинат, зеленый лук (после того как у них срезаны концы корешков) закладывают на 10 минут в холодную воду и затем промывают в проточной воде. Если салат предназначен для ребенка, то овощи, фрукты и зелень моют только кипяченой водой.

❖ Овощи надо хранить в прохладном, затемненном месте, при солнечном свете в них частично разрушается каротин.

❖ Витамин группы В лучше сохраняется, чем витамин С. Приняв меры для сохранности витамина С, вы одновременно сохраняете витамин В.

❖ Для заправки салатов из вареных овощей используют готовый соус майонез; для разнообразия в майонез можно добавлять и другие готовые соусы — «Южный», «Кубанский». Салаты из свежих и вареных овощей можно заправлять сметаной, сметаной с уксусом или с лимонным соком и сахаром, смесью растительного масла с уксусом.

КРУПЫ, МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ И МУКА

Крупы. Блюда из крупы — каши, запеканки, оладьи, биточки, котлеты, пудинги, засыпки для супов, гарниры и др. — занимают большое место в пищевом рационе.

Крупяные изделия хорошо насыщают и поэтому рекомендуются для первого завтрака. Каша из «Геркулеса», манной или рисовой крупы — вкусный и сытный завтрак, который можно приготовить в течение 10—15 минут.

Благодаря легкой усвояемости и питательности все крупы и в особенности манная, рисовая, овсяная являются необходимыми продуктами детского и диетического питания. Крупы содержат значительное количество белка и крахмала, а многие, кроме того, богаты витаминами (витамины В₁, В₂, РР содержатся в гречневой, ячневой, овсяной крупе, в горохе и чечевице).

Крупяные блюда должны составлять существенную часть рациона человека, поправляющегося после болезни, особенно

в тех случаях, когда необходимо увеличить вес, так как, кроме питательных качеств, присущих этим продуктам, в них можно не только без ущерба для вкуса, но, наоборот, для улучшения его добавлять значительное количество жиров.

Большое количество масла или другого жира не придает кушаньям из крупы того приторного и неприятного вкуса, который приобретают при излишке жира другие кушанья. Не зря говорят, что «кашу маслом не испортишь». Но в питании полных людей крупы, так же как и все мучные изделия, должны занимать минимальное место.

Из пшеницы вырабатывают манную и полтавскую крупу, а также крупу «Артек».

Манную крупу широко используют для питания детей. Хорошим вкусом обладают запеканки, пудинги, оладьи, биточки, суфле и муссы, в состав которых входит манная крупа. Ее применяют также для засыпки супов.



Полтавскую крупу (по внешнему виду она похожа на мелкую перловую) используют для каш и запеканок. Более крупную полтавскую крупу можно применять как засыпку в супы. Из крупы «Артек» варят каши и готовят те же кушанья, что из манной или полтавской.

Из *ячменя* вырабатывают ячневую и перловую крупы.

Из ячневой крупы готовят каши.

Мелкая перловая крупа усваивается значительно легче крупной. Для ускорения варки этой крупы ее можно предварительно замачивать в холодной воде, а затем использовать для супов. Из мелкой перловой крупы готовят каши и запеканки.

Из *проса* вырабатывают пшено. Пшено подразделяют на шлифованное, дранец и дробленое.

Наилучшими кулинарными качествами обладает шлифованное пшено: оно легче усваивается и требует меньше времени для варки, чем пшено-дранец. Поэтому его применяют для рассыпчатых каш, начинок и запеканок.

Пшено-дранец отличают по блестящей поверхности крупинки и более яркому желтому оттенку их окраски. Следует помнить, что все виды пшена могут иметь легкий горький привкус, но особенно часто этот порок встречается у пшена-дранца. Тщательное и многократное промывание пшена перед варкой может устранить этот недостаток.

Быстрого приготовления пшениную кашу можно получить при использовании дроб-

леного пшена, но эта каша не будет рассыпчатой.

Из *гречихи* вырабатывают ядрицу, продельную гречневую и смоленскую крупу. Для рассыпчатых каш, гарниров, крупеников, начинок наиболее пригодна ядрица. Перед варкой ее тщательно перебирают, удаляя необрушенные зерна. Вязкие каши, биточки и запеканки готовят из продельной гречневой крупы. Смоленская крупа из всех видов гречневых круп наиболее мелкая, она легко усваивается и вполне пригодна для питания ребенка.

Из *овса* вырабатывают овсяную недробленую и дробленую крупу, «Геркулес» и толокно. Исключительная питательность этих продуктов широко известна. Особенно хороши для диетического и детского питания из-за легкости их усвоения «Геркулес» и толокно. Дробленая овсянка используется для приготовления слизистых супов, которые рекомендуются диетологами при некоторых заболеваниях пищеварительных органов. Из дробленой овсяной крупы готовят также своеобразные кисели, супы-пюре и каши. Недробленую овсянку используют преимущественно для засыпки в супы. Нужно помнить, что недробленая овсянка варится в супе довольно долго. Каша из «Геркулеса» бывает готова через 10—15 минут.

Рис входит в рецептуру многочисленных кушаний. Отварной рис — один из лучших гарниров к блюдам из птицы, дичи, говядины, баранины и свинины. Из риса готовят вкусные пловы. Его применяют также для каш, засыпок в супы и для приготовления сладких блюд.

Отвары риса при некоторых заболеваниях желудочно-кишечного тракта довольно широко используются в лечебном питании. Кушанья из риса входят также в детское и в диетическое питание.

Для приготовления пловов, рассыпчатых каш, гарниров, начинок, засыпок в супы применяют недробленый (шлифованный и полированный) рис. Дробленый рис используют для молочных вязких каш, некоторых запеканок, в диетических супах.

Из *кукурузы* также вырабатывают крупу (мелкую, среднюю и крупную). Мелкая крупа по внешнему виду сходна с манной. Кукурузная крупа несколько крупнее и желтее манной. Она меньше, чем манная, разбухает, поэтому требует более продолжительной варки.

Готовые *сухие завтраки* — под этим на-

званием известны кукурузные и пшеничные хлопья, воздушная пшеница, воздушная кукуруза и воздушный рис (т. е. зерна кукурузы, пшеницы и риса, обработанные специальным способом). Эти продукты готовы в пищу без всякой варки. Их подают к молоку, простокваше, сметане, бульону, киселям, компотам. Благодаря высокой питательности и легкости усвоения готовые сухие завтраки могут быть с успехом использованы для питания детей и диетического стола.

Из всех бобовых, используемых в качестве круп, в домашней кухне чаще всего готовят горох, фасоль, чечевицу.

Горох поступает в продажу цельным и дробленным. Из цельного гороха готовят супы, но продолжительность его варки является недостатком для тех, кто хочет быстро приготовить обед. Из дробленого гороха, который разваривается скорее, готовят каши и супы. Из так называемых сахарных сортов гороха вырабатывают превосходный, деликатесный продукт — сушеный зеленый горошек. Этот горошек служит одним из лучших гарниров к многочисленным кушаньям и закускам.

Фасоль поступает в продажу трех видов — белая, цветная, а также смесь той и другой. Белая фасоль почти не изменяет цвета при варке и почти не окрашивает отваров, поэтому она наиболее пригодна для супов. Из цветной можно приготовить гарниры, самостоятельные блюда и закуски, которые находят широкое применение в кавказской кухне. Наименее удобна смесь цветной и белой фасоли, так как разная фасоль требует различной продолжительности варки.

Из чечевицы готовят кашу, ее используют и для засыпки в супы.

Следует учитывать, что чечевица, впрочем как и другие бобовые, требует продолжительной варки и поэтому для блюд быстрого приготовления не пригодна. Несколько ускорить варку можно, предварительно замачивая бобовые в холодной воде.

Макаронные изделия. Так же как крупы, макаронные изделия широко используются и в качестве самостоятельных кушаний и в виде гарниров. Эти мучные изделия имеют хорошие пищевые качества. Кроме того, они могут храниться готовыми в прохладном месте, не теряя своей питательности. Поэтому, заранее отварив их, хозяйка может подать к завтраку вкусное блюдо из макарон, лапши, вермишели, рожков, а за-



тем приготовить из них же к обеду или к ужину запеканку или сладкое блюдо.

Все макаронные изделия пригодны для кушаний быстрого и легкого приготовления. Продолжительность варки их в зависимости от толщины и размера изделий колеблется от 12 минут (для вермишели) до 40 минут (для толстых макарон).

Высшие сорта макарон (такие, как «соломка», «особые», «любительские» и др.) наиболее рационально использовать для приготовления самостоятельных кушаний в отварном виде и для сладких запеканок (с фруктами, сырковой массой); высшие сорта лапши, вермишели и фигурных изделий — для засыпки супов. Для всех остальных кушаний можно применять макароны и лапшу любых сортов.

Отварные макароны готовят с маслом, с маслом и тертым сыром, с томатами, грибами, творогом, мясом. Макароны, лапша, вермишель и фигурные макаронные изделия (рожки, ушки, звездочки и т. п.) можно также запечь с мясом, сыром, творогом, томатами, яйцами.

Макаронные изделия применяются для засыпки супов из мяса, домашней птицы, грибов, молока и в вегетарианских супах. Для рыбных супов эти засыпки не пригодны, так как в этом случае кушанье имеет весьма посредственный вкус.

В качестве гарнира макароны также можно использовать для блюд из говядины, свинины, баранины, домашней птицы. К рыбным блюдам гарниры из макарон не применяют.

Так же как крупы, макароны, вермишель, лапша и др. могут быть с успехом использованы в питании ребенка и для питания тех, кому нужно прибавить вес. В пищевом рационе тучных или полных людей эти изделия должны занимать самое скромное место, а по возможности их в этом случае нужно и вовсе избегать, заменяя овощами.

Мука. В домашней кухне чаще всего используют пшеничную и ржаную муку.

Ржаная мука подразделяется на три сорта: сеяная (самый высокий сорт), об-

дирная и обойная. Обойная мука наиболее широко применяется для выпечки хлеба.

Пшеничную муку подразделяют на крупчатку, высший, первый, второй сорта и обойную. Крупчатка изготавливается из особых сортов пшеницы и отличается от другой муки более крупным размером отдельных частиц. Она сильно набухает после замеса. Крупчатку применяют для выпечки изделий с большим содержанием сдобы. К мягким, тонкого помола сортам муки относят пшеничную высшего, первого и второго сортов.

В зависимости от способа помола и ржаная и пшеничная мука может содержать большее и меньшее количество отрубей (измельченных оболочек зерна). Чем меньше отрубей в муке, тем выше ее хлебопекарные свойства, тем она пригоднее для выпечки высококачественных изделий. Но пищевая ценность муки высших сортов значительно ниже, так как белки, витамины группы В, минеральные соли (кальций, фосфор, железо, магний), а также клетчатку, стимулирующую энергичную работу желудочно-кишечного тракта, содержат не очищенные зерна, а их оболочки. Практически очищенное от оболочки зерно является только источником крахмала. Высокая пищевая ценность хлебобулочных изделий из пшеничной обойной муки объясняется наличием в ней большого количества отрубей.

Использование в ежедневном рационе ржаного или пшеничного хлеба из муки грубого или тонкого помола не должно зависеть только от вашего вкуса. Установлено, что в интересах здоровья не менее половины погребляемого хлеба должен составлять ржаной и пшеничный из муки грубого помола.

Для диетического питания при некоторых нарушениях нормальной работы желудочно-кишечного тракта врачи рекомендуют белый хлеб из высокосортной муки. Он менее питателен, но значительно легче усваивается организмом, в особенности черствый или в виде сухарей.

Цвет, вкус и запах муки служат показателями ее сорта и доброкачественности. Высшие сорта тонкого помола — белее. Свежую муку от лежалой можно отличить, смочив чайную ложку муки водой: если при замешивании мука почти не меняет цвета — ее считают свежей, если она темнеет — лежалой. Если, прикоснувшись кончиком языка к сухой муке, вы ощущаете почти пресный или слегка сладковатый вкус, а понюхав муку, определяете, что запаха едва ощутим, — мука доброкачественна, но даже слабый кислый или горький привкус и легкий затхлый запах свидетельствуют, что мука выработана из недостаточно свежего зерна или испорчена неправильным хранением.

Хранение муки приобретает особое значение в условиях сельской местности, где запасы этого продукта в домашнем хозяйстве бывают значительными. Здесь ее хранят обычно в деревянных ларях, расположенных в сухих, прохладных помещениях. При хранении во влажных помещениях мука приобретает запах гнили, а в слишком теплых — горький привкус. Необходимо также обеспечить доступ воздуха к нижней части ларей.

Муку можно хранить и в мешках, но эти мешки нельзя ставить прямо на пол. Их ставят на деревянные решетки. Нельзя также размещать мешки с мукой вплотную к стене.

В городских условиях вообще не рекомендуется создавать большие запасы муки, так как при длительном хранении она снижает свои хлебопекарные качества, не говоря уж о том, что в городских квартирах нет подходящих мест для продолжительного хранения.

Мука, в особенности пшеничная, находит широкое применение в кулинарии. Кроме хлебобулочных, из нее готовят разнообразные кондитерские и сладкие изделия, она входит в состав многочисленных соусов и т. п. Для сдобного теста, сладких пирогов, тортов, пирожных, соусов применяют высококачественную муку тонкого помола.



КОРОТКИЕ ЗАМЕТКИ

❖ Перед использованием крупы ее нужно перебрать, удаляя необрушенные зерна и сорную примесь

❖ Все крупы, кроме «Геркулеса», манной, гречневой и мелкой полтавской, перед готовкой предварительно и неоднократно (два-три раза) промывают в теплой воде

❖ Гречневую крупу для приготовления рассыпчатой каши поджаривают в духовом шкафу, время от времени помешивая, чтобы крупа не подгорела и только слегка потемнела

❖ Крупу для варки каши всегда засыпают в кипящую жидкость, а затем варят на маленьком огне. Рассыпчатую кашу после того, как крупа набухла и каша загустела, ставят упревать в духовой шкаф на сковороду с водой

❖ Очень хорошо каша упревает, если посуду, в которой она варится поместить (после того как каша достаточно загустеет) в более просторную посуду, на дне которой — горячая вода. Так можно сварить кашу на пите, причем крышка должна закрывать и посуду, где варится каша, и посуду с водой.

❖ Для варки каш малопригодна эмалированная посуда, так как каша в ней пригорает, а посуда плохо очищается и портится

❖ При закладке крупы кашу перемешивают. Рассыпчатую кашу, такую, как гречневая например, во время варки мешать не следует.

❖ Вязкие и жидкие каши нужно во время варки периодически размешивать. Быстрое размешивание замедляет варку, поэтому движение должно быть медленным

❖ Котлеты, биточки и запеканки готовят из вязких каш, добавляя в них сырые яйца. Для пудингов используют рассыпчатые или вязкие каши

❖ Для плова готовят только рассыпчатый рис.

❖ Соль кладут в жидкость до закладки крупы. Для молочных каш используют меньшее количество соли, в сладкие каши также следует для вкуса добавлять соль, но в минимальных количествах.

Примерные нормы воды и соли для приготовления различных каш

К а ш а	Количество на 1 кг крупы	
	воды в л	соли в г
Гречневая рассыпчатая . . .	1,5	20
вязкая	3	40
Пшеница рассыпчатая . . .	1,8	25
жидкая	4	50
Рисовая рассыпчатая . . .	2	25
вязкая	3,5	40
жидкая	5	50
Манная вязкая	3,7	45
жидкая	4,7	55

❖ Для улучшения вкуса в жидкие и вязкие каши (кроме каш из гречневой крупы) можно добавить сахар из расчета 125—150 г на 1 кг крупы

❖ Вермишель, лапшу, макароны и все макаронные изделия запускают для варки в кипящую подсоленную воду.

❖ Чтобы только что отваренные макаронные изделия не слипались, в них после сливания воды добавляют жир — масло, маргарин или свиное сало в зависимости от того, для какого кушанья их будут в дальнейшем использовать.

МОЛОКО

Молоко и молочные продукты составляют существенную часть питания как в городе, так и в деревне. Это необходимые и основные продукты детского питания и наиболее распространенные — из диетических.

В ряде случаев кисломолочные продукты играют роль лечебных, применяемых при некоторых желудочно-кишечных заболеваниях. Широко известно благотворное воздействие многих кисломолочных продуктов, в особенности простокваши, творога, кефира, на здоровье тучных и полных людей.

Большинство молочных продуктов не требует никакой дополнительной обработки. Полезные и вкусные завтраки и ужины из молока и кисломолочных продуктов го-

туют без разогревания и заправки, их нужно только подать к столу. А молочные супы, широко используемые и в летних и зимних меню, обычно бывают готовы через 20—30 минут варки.

Однако нужно помнить, что нет такого продукта, каким бы полезным и питательным он ни был, который мог бы заменить все другие.



Молоко содержит белки, жиры, углеводы, минеральные соли и витамины. Овощи также заслуженно считаются одним из ценнейших продуктов питания. Пищевой рацион, в состав которого входит много молочных продуктов и овощей, полезнее того рациона, который состоит преимущественно из мучных изделий и мясных продуктов. Но обходиться вовсе без мяса или вовсе без крупяных блюд, конечно, не следует.

Молоко цельное, сырое считают наиболее полезным, так как в нем полностью сохранены питательные качества.

Но сырое молоко является особенно благоприятной средой для развития жизнедеятельности различных микроорганизмов. Одни из этих микроорганизмов полезны, их деятельность необходима для получения кисломолочных продуктов, другие — вредны и опасны, так как являются возбудителями серьезных заболеваний: туберкулеза, бруцеллеза, брюшного тифа, дифтерии и пр.

Молочная промышленность выпускает в продажу и сырое молоко, которое необходимо дома прокипятить, и молоко пастеризованное (в бутылках, которое можно использовать без кипячения).

Молоко, купленное на рынке у молочницы, можно употреблять только кипяченым. Кипячение предохраняет молоко от скисания и в значительной степени уничтожает или подавляет жизнедеятельность вредных микроорганизмов.

Сливки образуются из жира молока, который в виде мельчайших шариков всплывает при отстое молока на поверхность. Этот жир, легко и полно усвояемый организмом, делает сливки высокопитательным и полезным продуктом. Сливки обладают также превосходным мягким вкусом и ценными кулинарными достоинствами. Они придают разнообразным кушаньям — первым и вторым блюдам, соу-

сам, изделиям из теста — хороший вкус и питательность.

Во многие сладкие блюда и кондитерские изделия сливки добавляют взбитыми густой пеной, в этом виде они обладают особенно нежным вкусом. Для взбивания в пену наиболее пригодны свежие сливки с большим содержанием жира.

Весьма удобны для использования в домашнем хозяйстве сухое молоко и все виды молочных консервов: сгущенное молоко с сахаром, сгущенное стерилизованное молоко без сахара, сгущенные сливки с сахаром, кофе со сгущенным молоком и сахаром и др.

Сметана — одна из наиболее распространенных питательных и полезных приправ к супам, вторым и сладким блюдам. Ее используют в соусах и заправках для салатов, подают отдельно на завтрак и ужин. Сметана входит в рецептуру многочисленных мучных и кондитерских изделий.

В магазины поступает только доброкачественная, не содержащая никаких примесей сметана, которая в зависимости от сорта обладает различной жирностью. Сметана, купленная на рынке, где осуществляется санитарный контроль, не содержит вредных примесей, но она может быть фальсифицирована смесью растертого с простоквашей творога. В сыром виде эту фальсификацию трудно определить. Некоторые хозяйки считают, что доброкачественность сметаны можно определить растиранием между пальцами, так как натуральная полностью растирается, а фальсифицированная имеет мельчайшие плотные частицы. При добавлении в горячий суп сметана, содержащая простоквашу или растертый творог, свертывается.

Творог богат полноценными белками и минеральными веществами. Врачи-диетологи рекомендуют его для питания больных и здоровых, взрослых и детей.

Доброкачественный и свежий творог должен иметь однородную, нежную, слоистую, а не крошащуюся массу.

В магазины поступает творог различной жирности. Жирный творог используют как самостоятельное кушанье с сахаром, молоком, сметаной. Творог менее жирный и обезжиренный пригоден для начинок, в изделия из теста, в мучные кушанья и для приготовления запеканок, творожников, пудингов. Жирный творог имеет обычно кремовый цвет, а обезжиренный — белый.



Творожные сырки, соленые и сладкие, можно использовать так же, как и творог, но для завтрака и ужина они не нуждаются ни в каких добавлениях.

Простокваша — ценнейший продукт. Благоприятное воздействие простокваши на желудочно-кишечный тракт общеизвестно. Врачи-диетологи при составлении меню для санаториев, домов отдыха и лечебных учреждений обычно включают простоквашу в ежедневный рацион. стакан простокваши в питании тучных и полных людей заменяет ужин.

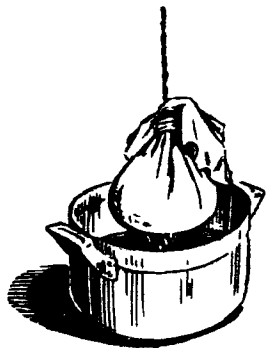
Ацидофилин и кефир также широко используются в питании, особенно диетическом и детском.

Молочная промышленность производит ацидофилин из пастеризованного молока, заквашивая его чистой культурой ацидофильной палочки и других молочнокислых бактерий. Для приготовления кефира применяют специальный кефирный грибок.

При выборе того или иного из этих продуктов очень полезна консультация врача. Особенно совет врача необходим при выборе кефира, так как по продолжительности созревания он подразделяется на слабый (однодневный), средний (двухдневный) и крепкий (трехдневный), а каждый из этих разных видов кефира имеет разное назначение.

КОРОТКИЕ ЗАМЕТКИ

❖ Творог для приготовления многих блюд — творожников, вареников — нужно перед использованием спрессовать: на творог, помещенный в чистый мешочек из ткани и положенный на тарелку, кладут какую-нибудь тяжесть.



❖ Для придания кушаньям из творога более нежного и мягкого вкуса творог пропускают через мясорубку или протирают через сито.

❖ Очень вкусный и жирный творог можно приготовить в домашних условиях. Для этого посуду с простоквашей помещают в посуду с во-

дой, ставят на небольшой огонь и, когда сыворотка начнет отделяться, посуду снимают с огня, сливают стухившуюся простоквашу, помещают ее в мешочек из ткани и подвешивают его над каким-нибудь сосудом.

❖ Молочные супы готовят из цельного и из разведенного водой молока. Для этих супов можно также использовать молоко в порошке. Порошок разводят горячей водой: на 100 г порошка используют 300 г воды. Чтобы порошок хорошо, без комков, размешался, его вначале размешивают в небольшом количестве воды.

❖ Лапша, вермишель и другие макаронные изделия, а также недробленые сорта крупы плохо развариваются в молоке. Поэтому их рекомендуется предварительно отварить (но не до готовности, а в течение примерно 5 минут) в кипящей воде, затем слить воду и только тогда опустить в кипящее молоко. Таким способом готовят молочные супы.

ЯЙЦА

Яйца имеют отличные пищевые и кулинарные качества. Из них готовят множество разнообразных блюд и закусок, требующих для своего приготовления минимального времени, чаще всего только несколько минут.

Добавление яиц в кушанья, тесто, приправы, соусы, начинки, гарниры значительно улучшает вкус готовых изделий и увеличивает их питательность.

В зависимости от сроков и способов хранения яйца подразделяются на диетические и столовые.

Диетические яйца поступают в продажу

не позднее чем через пять суток после яйцекладки. Само собой разумеется, что это наиболее высококачественный продукт, пригодный для любого использования, свежест его не нужно дополнительно проверять.

Столовые яйца, в свою очередь, подразделяются на свежие (хранившиеся на холодильнике не более 30 дней), холодильниковые (хранившиеся свыше 30 дней) и известкованные, то есть сохранявшиеся в известковом растворе.

Столовые яйца, и свежие и холодильниковые, пригодны для приготовления само-



стоятельных кушаний и блюд, в которые их добавляют, не взбивая белков. Известкованные яйца можно использовать так же, но следует знать, что они по вкусу несколько хуже. Известкованное яйцо отличается тонкой и хрупкой скорлупой, которая может иметь легкий лиловатый оттенок. Эти яйца распознают также по белому налету извести, который они оставляют на руке.

В детском и диетическом питании используют только абсолютно свежие яйца. Для тех кушаний, в состав которых входят взбитые белки (бисквиты, суфле, воздушные пироги), для варки всмятку и «в мешочек», для яичницы-глазуньи также желательно использовать наиболее свежие яйца, лучше всего диетические, так как белок лежалого яйца плохо взбивается, а вкус яйца не первой свежести особенно ощущается в некрутых яйцах и яичницах-глазуньях.

Обыкновенные свежие столовые яйца вполне пригодны для варки, для добавления в фарши, начинки, соусы, приправы, запеканки, пудинги, для изделий из теста, для яичниц.

Яйца не устойчивы в хранении. В домашних условиях их нужно хранить в холодильниках, погребах или в другом прохладном, но не сыром месте при температуре от 1 до 2°.

Хозяйка должна уметь определять свежесть яйца, так как недоброкачественное яйцо может нарушить работу пищеварительных органов и стать причиной желудочно-заболевания, а кроме того, одно несвежее яйцо или даже часть его может испортить большое количество дорогих продуктов — теста, фарша, соуса, сладкого кушанья и т. п.

Доброкачественность яиц определяют по внешнему виду (целость, цвет, чистота скорлупы) и по запаху. Наилучшим способом определения доброкачественности является просматривание яиц на свет.

Магазины, где производится продажа яиц, обычно имеют для этой цели специ-

альные аппараты — овоскопы. Просматривая яйца через овоскоп, можно определить не только их доброкачественность, но и степень свежести, так как очень свежие яйца имеют наиболее плотный белок и при просвечивании желток яйца почти не виден, а все яйцо кажется светлым и почти прозрачным.

В домашних условиях доброкачественность яйца можно определить, если прикрыть его сверху ладонью и поднести к зажженной лампочке. Недостаточно свежие яйца будут иметь затемнения, а недоброкачественные вовсе не просвечиваться.

Можно также проверить свежесть яйца, погружая его в холодную воду — лежалые яйца тонут медленнее, чем свежие.

Лежалое яйцо «болтается», то есть при покачивании его содержимое перемещается (такие яйца называют «болтунами»), что объясняется высыханием части влаги яйца при продолжительном хранении. В этих яйцах желток смешан с белком.

Во всех кушаньях, в рецептуру которых входят цельные, неразделенные на белок и желток яйца, можно использовать яичный порошок. Для разведения этого порошка используют холодную воду. Для омлетов яичный порошок разводят холодным молоком или водой.

Весовое соотношение яичного порошка и свежих яиц примерно 1:5. Из этого соотношения исходят при кулинарном использовании яичного порошка. Вес одного яйца колеблется от 45 до 65 г, а в среднем примерно 50 г, значит, к примеру, вместо одного среднего по размеру яйца надо взять около 10 г яичного порошка, и если вам нужно приготовить яичницу — прибавить к каждому 10 г порошка примерно 40 г воды.

Яйца водоплавающей птицы (гусей и уток) часто бывают обсеменены болезнетворными микробами и вызывают тяжелые отравления. Эти яйца можно употреблять в пищу, только сварив их вкрутую, для чего их следует опустить в кипятток и варить с момента вторичного закипания воды не менее 10 минут.

Следует иметь в виду, что использование яиц в пище пожилых людей, а в иных случаях и малышей должно быть ограничено. Врач может дать исчерпывающий совет, в каком количестве и в каком виде принимать эти продукты в рационе пожилого человека и ребенка.

КОРОТКИЕ ЗАМЕТКИ

❖ Прежде чем добавлять сырое яйцо в смесь, его разбивают над пустым стаканом или чашкой и, только убедившись в его свежести, выливают в смесь. Такая осторожность необходима для того, чтобы несвежее яйцо не испортило большое количество продуктов.

❖ Чтобы яйца, хранившиеся в извести, не лопались и не вытекали во время варки, скорлупу с тупой стороны яйца прокалывают. Так же поступают и с яйцом сегодняшней или вчерашней носки, так как и они лопаются во время варки.

❖ Яйцо с трещиной на скорлупе нужно варить в сильно подсоленной воде и опускать для варки только в кипящую воду, иначе оно вытечет.

❖ Для того чтобы отличить вареное яйцо от сырого, его вращают: вареное быстро и долго вращается, сырое, сделав один-два оборота, останавливается.

❖ При опускании в сильно кипящую воду яйцо бывает готово всмятку — через 3—3½ минуты, «в мешочек» — через 4½—5½ минут, вкрутую — через 8—10 минут; если крутое яйцо варится дольше, желток его твердеет и вкус яйца ухудшается.

❖ Крутые яйца, если они используются для приготовления кушаний, а не подаются тотчас же после варки к столу, опускают в холодную воду, пред-

варительно надколов скорлупу, иначе скорлупа плохо очищается.

❖ Быстро взбиваются в густую и пышную пену белки охлажденного свежего яйца. Взбивать белок нужно также в холодном месте.

Взбивание белка начинают медленным движением, постепенно убыстряя его и не прерывая до образования стойкой густой пены. Добавляют взбитые белки в смеси осторожно, перемешивая их сверху вниз.

❖ Взбивать белки или сливки нужно в просторной и достаточно глубокой посуде. Для взбивания белков и сливок и растирания желтков пользуются эмалированной или керамической посудой.

❖ Желтки с сахаром быстрее растираются в теплом месте. Для растирания нужно использовать самый мелкий сахарный песок или сахарную пудру.

❖ Смеси, в которых использованы сырые яйца, только белки или желтки (соусы, кремы, супы, подливки), нельзя сильно разогревать, нельзя кипятить. В большинстве случаев яйца добавляют в самом конце варки, сняв посуду с огня; если же их нужно проварить, то смесь доводят только до первых признаков кипения (появление пузырей и вздрагивание жидкости), после чего тотчас же снимают с огня. Добавляя сырые яйца в горячие смеси, их нужно все время помешивать.

ПРИПРАВЫ И ПРЯНОСТИ

Пряности и приправы применяются для улучшения вкуса и аромата пищи.

Ничто не требует такой умеренности в использовании и осторожности в дозировке, как пряности и приправы. В небольших количествах они хороши. Но излишнее количество пряностей и приправ вызывает раздражение пищеварительных органов, ненужное здоровому человеку и вредное для больного. Особенно осторожно нужно применять пряности в детском и диетическом питании, а в ряде случаев лучше и вовсе отказаться от многих из них.

Следует также учитывать, что при использовании избыточных количеств одинаковых пряностей и приправ вся пища приобретает как бы одинаковый вкус и запах. Сильный запах лаврового листа, к примеру, заглушает натуральный запах супов и делает их настолько похожими друг на друга, что, закрыв глаза, вы затруднитесь различить их, и вместо шей, рассольника, борща все супы будут казаться «лавровыми».

В домашней кухне главным образом ис-

пользуется соль, уксус, перец, лавровый лист, горчица, хрен, гвоздика, корица, ваниль, ванилин, шафран, анис, тмин, мускатный орех, имбирь, кардамон, кориандр, майоран, базилик, эстрагон.

Поваренная соль используется в различных количествах разными людьми. Нередко в одной семье один из домохозяев считает кушанье пересоленным, в то время как другой досаливает его за столом. Для удовлетворения запросов всех членов семьи наиболее правильным нужно считать умеренное использование соли при варке пищи, так как за редким исключением соль можно добавлять и в готовое кушанье, а пересоленное — чаще всего исправить уже нельзя.

Повара исходят из следующих норм расходования соли на одну порцию: в первые блюда — не более 3 г соли, во вторые мясные — не более 4 г, во вторые рыбные — не более 3 г, в холодные блюда и закуски — не более 3 г. Заметим, что обычная чайная ложка, наполненная ровень

с ее краями, вмещает примерно 10 г соли.

Мясо, рыбу, домашнюю птицу и дичь тушками и порционными кусками солят непосредственно перед обжариванием, иначе эти продукты под воздействием соли выделяют сок, отчего ухудшаются и вкус и внешний вид готового кушанья. Все овощи солят также непосредственно перед обжариванием за исключением сырого картофеля, который нужно солить очень мелкой и сухой солью тотчас после окончания жарения. Мясной бульон солят незадолго до готовности; горох и фасоль — тотчас после того, как они размягчились; заливные и студни — тотчас после окончания варки. Все овощи отваривают в подсоленной воде.

Для приготовления кушаний можно использовать соль покрупнее, а к столу подавать самую мелкую.

Уксус используется во многих кушаньях и закусках, соусах, приправах, маринадах. Его добавляют в те кушанья, вкусу которых соответствует не только кислота, но и запах уксуса. В сладких блюдах и в кушаньях нежного, тонкого вкуса, которые нуждаются в дополнительной кислоте, уксус заменяют лимонной кислотой, лимонным соком или столовым сухим белым вином. Лимонная кислота, кстати сказать, вообще лишена запаха.

В детском и диетическом питании уксуса следует избегать, заменяя его соками кислых продуктов. В борщах и винегретах можно использовать сок квашеной свеклы, в компотах и желе — сок клюквы, а в салатах и других кушаньях, которые не должны быть окрашены, — сок лимона.

Черный перец обладает значительной «жгучестью». Перец горошком добавляют в супы, тушеное мясо, вареную рыбу, маринады, соленья и соусы. Молотым черным перцем заправляют фарши, начинки, рубленные изделия, овощные блюда.

Перец нужно хранить не размолотым, иначе он быстро выдыхается. Наиболее целесообразно небольшое количество перца горошком промалывать перед самым использованием на маленькой мельнице.

К столу черный перец подают молотым.

Душистый перец по сравнению с черным — менее острый, но более ароматный. По запаху он напоминает и гвоздику и корицу. Душистый перец добавляют в маринады, рыбные блюда, соусы и некоторые супы.

Лавровый лист кладут в супы, отварные кушанья из рыбы и мяса, в заливные и фаршированные блюда, маринады, соусы, соленья. При использовании лаврового листа следует учитывать, что длительная варка его в пище может придать ей горьковатый вкус, поэтому в те кушанья, которые варятся долго, лавровый лист добавляют незадолго до окончания варки.

Горчица — острая приправа. В домашней кухне ее используют преимущественно с готовыми мясными кушаньями, горячими и холодными. Горчица подается к столу вместе с солью, перцем, уксусом.

Хрен — корень огородного растения. Из него готовят наиболее распространенную приправу к мясным и рыбным блюдам. Для приготовления этой приправы хрен измельчают, добавляют в него разведенный уксус, соль и сахар. Из хрена готовят и другую приправу, соединяя измельченный хрен со сметаной. К некоторым кушаньям хрен подают в виде стружки.

Наилучшими считают крупные корни хрена, имеющие ровную светлую поверхность и белую мякоть.

Следует учесть, что натертый хрен быстро темнеет, приобретает сероватый оттенок; чтобы избежать этого, хрен тотчас же после измельчения надо залить уксусом.

Гвоздика имеет настолько сильный запах, что при использовании ее в излишних количествах пища может приобрести лекарственный привкус. Эту пряность добавляют в маринады, соленья, квашения, некоторые кондитерские изделия, сладкие блюда, соусы, кушанья из тушеного мяса или дичи.

Корица придает приятный, аппетитный аромат многим сладким пирогам и печеньям, некоторым соусам, компотам, маринадам, блюдам кавказской кухни и др. В соусы и маринады корицу можно добавлять в виде кусочков, в остальных кушаньях ее используют размолотой в порошок. Корицу порошком подают как приправу к простокваше, варенцу, кефиру.

Ваниль и ванилин используются в сладких блюдах, кондитерских изделиях, соусах, подливках, пудингах и т. п.

Наилучшим ароматом обладает натуральная ваниль. В продажу она поступает в виде длинных тонких стручков. Ваниль натуральную обычно растирают в ступке с мелким сахаром либо проваривают в молоке.

Применяя ваниль и ее заменители — порошок ванилина, а также ванильный сахар, нужно учитывать, что избыточное их количество придает готовому изделию горечь. В те сладкие кушанья и кондитерские изделия, в состав которых входят другие продукты с сильным ароматом (апельсины, лимоны, кофе, шоколад, какао) ваниль добавлять не рекомендуется.

В кулинарии используются также *шафран* — пряность и одновременно красящее вещество для приготовления многих восточных блюд, фаршированной рыбы и из-

делий из теста; *анис* и *тмин* — в хлебопечении и кондитерском производстве; *мускатный орех* — в соусах, тушеном мясе и сдобном тесте; *имбирь* — в сдобном тесте, овощных маринадах; *кардамон* — в сдобном тесте и некоторых соусах; семена *кориандра* — в хлебных и кондитерских изделиях, а его зелень — в кушаньях кавказской кухни; *майоран* — в супах, фаршах, соусах; *базилик* — в овощных маринадах, блюдах кавказской кухни; *эстрагон* — в соусах, супах, а также для ароматизации уксуса.



САЛАТЫ И ВИНЕГРЕТЫ¹

САЛАТ•КАРТОФЕЛЬНЫЙ (500 г картофеля; 50 г зеленого лука; 2 столовые ложки растительного масла; 3 столовые ложки уксуса).

Очистить от кожицы и нарезать ломтиками вареный охлажденный картофель.

Мелко нарезать зеленый лук, смешать с картофелем, посолить, посыпать молотым перцем, заправить растительным маслом с уксусом.

Подать, посыпав зеленью петрушки или укропа.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (500 г капусты; 2 яблока; 2 столовые ложки растительного масла; 3 столовые ложки уксуса; 1—2 чайные ложки сахара).

Нашинковать капусту, посолить, сложить в посуду, поставить на огонь. Помешивать, пока капуста не осядет, и тотчас снять с огня. Охладить.

Очистить яблоки от кожицы и семян, нарезать тонкими ломтиками. Перемешать с охлажденной капустой, заправить растительным маслом с уксусом и сахаром.

САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ (100 г моркови, 100 г репы; 25 г зеленого салата; 50 г помидоров; 50 г огурцов; 200 г капусты; 1/2 банки майонеза).

Нашинковать капусту и хорошо протереть с солью, затем промыть, освободив от излишков

соли. Нарезать соломкой морковь и репу, смешать с капустой, заправить майонезом или растительным маслом с уксусом и сахаром.

Выложить на тарелку или салатницу листики зеленого салата, на них горкой разместить овощи, украсить ломтиками помидоров, огурцов, посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (500 г свеклы; 2 столовые ложки растительного масла; 50 г уксуса; сахар по вкусу).

Очистить от кожицы и нарезать соломкой или тонкими ломтиками вареную или печеную свеклу.

Заправить растительным маслом, уксусом, сахаром. Посолить и перемешать. Посыпать зеленью петрушки или укропа.

САЛАТ «ВЕСНА» (100 г зеленого салата; 1 пучок редиски; 2 свежих огурца; 2 помидора; 1 морковь; 2 картошки; 2 яйца; 50 г зеленого лука; 150 г сметаны; 1 столовая ложка уксуса; сахар по вкусу).

Нарезать помидоры, огурцы, редиску, зеленый салат и лук, а также вареные морковь и картофель.

Смешать сметану с уксусом и сахаром, заправить ею овощи, посолить.

Выложить горкой на листики зеленого салата. Украсить дольками крутых яиц, помидорами, кружочками нарезанных огурцов. Посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа.

САЛАТ С МЯСОМ (500 г картофеля; 250 г вареного или жареного нежирного мяса; 2 огурца, 50 г зеленого салата; 2 яйца; 1/2 банки майонеза).

¹ Количество продуктов каждого рецепта рассчитано примерно на семью из четырех-пяти человек, применительно к нормам, принятым в книге «Кулинария» и в «Книге о вкусной и здоровой пище».

Нарезать ломтиками мяса, вареный картофель, огурцы.

Заправить майонезом (или соусом «Южный») и солью. Осторожно перемешать.

Выложить горкой на листики зеленого салата. Украсить ломтиками мяса, кружочками огурца, листиками салата и вареными яйцами.

ВИНЕГРЕТ ИЗ ОВОЩЕЙ (500 г картофеля; 2 соленых огурца; 1 свекла; 1 морковь; 100 г квашеной капусты; 50 г зеленого лука; 3 столовые ложки растительного масла; 2 столовые ложки уксуса; 1 чайная ложка горчицы; сахар по вкусу).

Нарезать мелкими ломтиками соленые огурцы, вареные картофель, свеклу, морковь. Добавить квашеную капусту.

Растереть готовую горчицу с солью и сахаром, развести уксусом и растительным маслом.

Заправить этой смесью винегрет, перемешать и

выложить в салатник. Посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

В винегрет можно добавить свежие или моченые яблоки, соленые или маринованные грибы.

ВИНЕГРЕТ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (1 банка рыбных консервов; 500 г картофеля; 3 соленых огурца; 1 свекла; 1 яйцо; $\frac{1}{2}$ банки майонеза; 100 г зеленого лука; 2 чайные ложки уксуса; 1 чайная ложка горчицы).

Нарезать ломтиками огурцы, вареные картофель, свеклу и мелкими кусочками — зеленый лук.

Растереть горчицу с майонезом, добавить уксус и сахар по вкусу.

Вынуть консервы из банки и разделить их на маленькие кусочки. Смешать с овощами, заправить майонезом, осторожно перемешать.

Выложить горкой, украсить кружочками крутого яйца, листиками салата, зеленым луком, посыпать измельченной зеленью укропа или петрушки.

СУПЫ

МЯСНОЙ БУЛЬОН (300—500 г мяса, $2\frac{1}{2}$ —3 л воды; 1 морковь; 1 петрушка; 1 луковица).

Кусок мяса с мозговой косточкой промыть, положить в посуду с холодной водой, закрыть крышкой и поставить на большой огонь.

Как только жидкость начнет закипать, тщательно удалить пену, значительно уменьшить нагрев и всю остальную варку ($2\frac{1}{2}$ часа) проводить при слабом, едва заметном кипении.

Через 1— $1\frac{1}{2}$ часа после начала варки удалить с поверхности бульона всплывший жир и добавить соль.

Снять с огня и процедить.

Если бульон хотят использовать для приготовления супа, щей, борща, рассольника и т. п., то корни и лук при варке в него не добавляют, так как эти овощи входят в набор продуктов для супов, а кроме того, чистый бульон дольше сохраняет свежесть и его нередко варят сразу на два-три дня. Вкусные качества бульона лучше сохраняются также, если его хранить несоленым.

При варке бульона, который подают как самостоятельное первое блюдо с различными гарнирами — пирожками, гречками, зеленью, макаронными изделиями и т. п. (то есть гарнирами, которые готовят отдельно), корни и лук закладывают в бульон через час-полтора после начала варки. Морковь и петрушку нарезают пополам в продольном направлении, луковицу режут поперек и каждую половинку поджаривают на сковороде без жира до темно-коричневого цвета; последнее делают для того, чтобы придать бульону лучший аромат и красивый янтарный оттенок.

Бульон, используемый в качестве самостоятельного блюда, должен обладать большой крепостью и ароматичностью, поэтому при его изготовлении используется большее количество мяса (600 г на $2\frac{1}{2}$ —3 л воды) и преимущественно говядины первого сорта от кострица или огузка.

КОСТНЫЙ БУЛЬОН ($2\frac{1}{2}$ —3 л воды; 1 кг костей, нарубленных небольшими кусками).

Этот бульон варят из костей без добавления мякоти. Лучшими костями для него считаются мозговые — сахарные. Бульон пригоден в основном для варки овощных супов.

МЯСНОЙ БУЛЬОН БЫСТРОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ (600 г мяса или 500 г фарша; $2\frac{1}{2}$ л воды; 1 морковь; 1 петрушка; 1 луковица).

Отделить мякоть от костей и пропустить через мясорубку. Положить в кастрюлю, залить холодной водой и размешать.

Поставить кастрюлю вместе с содержимым на огонь, довести до кипения, удалить пену, добавить соль, поджаренные без жира корни и лук.

Готовый бульон (варка продолжается 30—40 минут) процедить. Мясо использовать для начинки блинчиков, пирожков, картофельных зраз и т. п.

Для бульона быстрого приготовления пригодно мясо третьего сорта или готовый (нежирный) фарш.

БУЛЬОН ИЗ КУР (1 курица среднего веса — 800 г или 1 кг; 3 л воды; 1 петрушка; 1 морковь; 1 луковица).

Выпотрошить и заправить тушку курицы.

Нарезать корни и лук вместе с тушкой положить в кастрюлю. Залить холодной водой. Поставить на огонь и довести до кипения. Снять пену, уменьшить нагрев и продолжать варку на маленьком огне при едва заметном кипении жидкости.

Проколоть курицу вилкой (в самой толстой части ножек) и, если вилка входит без затруднения, вынуть курицу из бульона, бульон процедить. Куры бывают готовы обычно через час-полтора. Старая птица варится 3—4 часа.

Куриный бульон подают с гречками, пирожками, рисом, лапшой, отварными кореньями, клецками, омлетом и т. п. Бульон должен быть совершенно прозрачным, поэтому лапшу, рис, клецки лучше отваривать отдельно и добавлять в суп непосредственно перед подачей к столу.

БУЛЬОН ИЗ РЫБЫ (600 г рыбы — судака, окуня, ерша, осетрины, севрюги, белуги и т. п. — или 1 кг пищевых отходов рыбы — голов, плавников, костей, кожи; $2\frac{1}{2}$ —3 л воды; 1 петрушка; 1 луковица).

Очищенную от чешуи, выпотрошенную и промытую рыбу нарезать порционными кусками, предва-

рительно отрезав плавники и вынув из головы жабры.

Кусок осетровой рыбы освободить от костных пластинок, тщательно промыть, ошпарить кипятком и вновь промыть.

Нарезать коренья и лук, положить вместе с рыбой в кастрюлю, залить водой, посолить и варить на небольшом огне при слабом кипении.

Через 20—30 минут проверить готовность порционных кусков рыбы, осторожно извлечь их из бульона (оставив головы и кости) и продолжать варку еще 20 минут, после чего бульон процедить.

Рыбный бульон из пищевых рыбных отходов (костей, плавников, голов, хвостов) варят так же, как указано выше.

Уху готовят преимущественно из мелкой речной свежей рыбы. Эту рыбу, не очищая от чешуи, потрошат, тщательно промывают и варят, как обычный рыбный бульон.

ГРИБНОЙ БУЛЬОН (50 г сухих грибов; 2½ л воды; 1 луковица; соль по вкусу).

Тщательно промыть сухие грибы. Положить в кастрюлю, залить небольшим количеством холодной воды.

Через 2 часа влить остальную воду, положить очищенную луковицу.

Варить на слабом огне до полного размягчения грибов.

Вынуть грибы, сполоснуть холодной водой, после чего мелко нашинковать их. Процедить бульон. При варке супов на грибном бульоне измельченные грибы добавляют перед окончанием варки, после засыпки бульона картофелем, крупой, макаронными изделиями.

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ¹ (300—500 г мяса; 500 г капусты; 1 морковь; 1 петрушка; 1 луковица; 200 г свежих помидоров или 60 г томата-пюре).

Слегка поджарить на жире, снятом с бульона (или на масле), измельченные коренья и лук.

Нарезать капусту и картофель. Капусту опустить в кипящий бульон. Дать вскипеть, добавить картофель и продолжать варку приблизительно 30 минут.

За 15—20 минут до окончания варки добавить слегка поджаренные коренья, свежие помидоры, нарезанные дольками (или томат-пюре), лавровый лист и перец.

Подать со сметаной и мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (300—500 г мяса; 500 г капусты; 1 морковь; 1 петрушка; 1 луковица; 1—2 столовые ложки жира; 1—2 столовые ложки томата-пюре или 100—150 г свежих помидоров).

Положить капусту в кастрюлю (слишком кислую капусту отжать от сока и промыть в холодной воде). Добавить жир (топленое масло, маргарин или жир, снятый с бульона) и несколько ложек бульона. Закрывать посуду крышкой. Тушить, время от времени помешивая, 1—1½ часа.

Мелко нарезать коренья и лук, слегка поджа-

рить их на сковороде. Через несколько минут добавить сюда же томат-пюре и продолжать жарение еще 5—7 минут.

Смешать капусту с кореньями. Залить бульоном. Поставить на огонь и варить при слабом кипении.

За 10—15 минут до окончания варки посолить, положить лавровый лист и перец. При желании в эти щи можно добавить и растертый чеснок.

Чтобы щи были гуще, можно добавить 1—2 нарезанные мелкими кусочками картошки (картофель добавляют одновременно с кореньями). Подать с измельченной зеленью и сметаной.

ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (300—500 г мяса; 400 г щавеля; 1 морковь; 1 петрушка; 1 луковица; 2 столовые ложки масла; 1 столовая ложка муки).

Перебрать и вымыть щавель, сложить в кастрюлю, влить несколько ложек воды, поставить на сильный огонь. Через 10 минут протереть щавель через волосяное сито.

Разогреть сковороду с жиром, положить измельченные коренья и лук, слегка обжарить их, посыпать мукой и продолжать жарение еще несколько минут.

Разогреть бульон. Положить в него протертый щавель и поджаренные коренья, посолить. Варить 15—20 минут.

Подать со сметаной. В каждую тарелку положить половинку крутого яйца. Посыпать зеленью петрушки или укропа.

Для того чтобы щи были менее острыми, можно вместо 400 г щавеля использовать по 200 г щавеля и шпината.

БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (500 г мяса; 300 г свеклы; 200 г капусты; 200 г кореньев; 1 луковица; 150 г свежих помидоров или 2 столовые ложки томата-пюре; 2 столовые ложки жира; 1 столовая ложка сахара; 1 столовая ложка уксуса).

Мелко нарезать (соломкой или ломтиками) свеклу, морковь, петрушку, лук. Влить 6—8 столовых ложек бульона, добавить томат-пюре, уксус, сахар, жир. Закрывать посуду крышкой. Тушить на небольшом огне.

Через 20—25 минут добавить нарезанную небольшими кусочками капусту и продолжать тушение еще 20 минут.

Залить овощи горячим бульоном, посолить, положить лавровый лист, перец. Варить овощи до мягкости.

Подать со сметаной, посыпать зеленью петрушки или укропа. Борщ варят и с картофелем. В этом случае картофель добавляют через 10 минут после того, как была положена капуста.

Если используют свежие помидоры, их нарезают ломтиками и закладывают в борщ за 10 минут до окончания варки.

БОРЩ НА ОВОЩНОМ ОТВАРЕ — ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (4—5 некрупных свекол; 200 г кабачков; 200—250 г картофеля; 100 г помидоров; 50 г зеленого лука; 1 морковь; 2 столовые ложки масла).

Мелко нарезать морковь, зеленый лук и свеклу вместе с черенками. Слегка поджарить в посуде с закрытой крышкой.

Опустить в кипящую воду поджаренные овощи, добавить нарезанный ломтиками картофель и нарезанные некрупными кусочками листья свекольной ботвы. Посолить, положить лавровый лист.

¹ В рецептах супов на мясном бульоне имеется в виду, что бульон предварительно сварен, процежен и из него вынуто отварное мясо. Если мясо подают вместе с супом, то его подогревают незадолго до подачи к столу, опустив в суп.

Через 10 минут опустить в борщ нарезанные кабачки, зеленый лук и помидоры. Заправить уксусом и сахаром по вкусу.

Подать со сметаной, зеленью петрушки или укропа.

РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (500 г мяса, или говяжьих почек, или потрохов домашней птицы; 2 шт. лука репчатого или порея; 100 г соленых огурцов; 2 корня петрушки; 1 сельдерей; 2 столовые ложки масла; 3—4 картофелины).

Слегка поджарить измельченные лук, сельдерей, петрушку

Нарезать картофель брусочками, соленые огурцы — ломтиками, очистив их предварительно от кожицы.

В кипящий бульон опустить сначала картофель, а затем огурцы и поджаренные корни. Варить 30 минут.

Перед окончанием варки процедить огуречный рассол и влить (по вкусу) в бульон. Прокипятить.

Подать со сметаной, посыпать зеленью петрушки или укропа.

Если бульон для рассольника варят из говяжьих почек, то их предварительно освобождают от жира и пленок, нарезают на несколько частей, заливают холодной водой, доводят до кипения, извлекают почки, промывают холодной водой и варят из них бульон, как обычно.

Рассольник готовят также и с перловой крупой. В этом случае крупу варят в бульоне почти до готовности, после чего добавляют картофель, слегка поджаренные корни, лук и огурцы.

Можно приготовить рассольник и со свежей капустой. Ее закладывают вначале, а потом добавляют картофель, корни и огурцы.

РАССОЛЬНИК НА РЫБНОМ БУЛЬОНЕ (600 г рыбы; 100 г перловой крупы; луковица, петрушка, морковь — по 1 шт.; 2 соленых огурца; 3—4 шт. картофеля; 2 столовые ложки жира; 100 г помидоров).

Этот рассольник варят с перловой крупой. Крупу отваривают почти до готовности отдельно, затем кладут в рыбный бульон вместе с кореньями и картофелем, после чего добавляют огурцы. Хороший вкус рассольнику придают свежие помидоры. Их нарезают дольками и кладут в суп за 10 минут до окончания варки

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (300—500 г мяса; 800 г картофеля; 150 г кореньев; 1 большая луковица; 2 столовые ложки масла).

Мелко нарезать корни и лук и слегка поджарить.

Нарезать картофель кубиками и вместе с поджаренными кореньями опустить в кипящий бульон. Добавить соль, лавровый лист, перец. Варить 30 минут.

Подать с измельченной зеленью петрушки или укропа.

Картофельный суп можно приготовить также на рыбном или грибном бульоне. Для рыбного бульона используют 600—700 г мелкой рыбы (ершей, окуней и т. п.) или 1 кг головизны осетровых рыб.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП СО СВЕЖИМИ ГРИБАМИ (500—600 г грибов; 800 г картофеля; 150 г кореньев; 1 луковица; 2 столовые ложки масла).

Очищенные грибы — белые, шампиньоны, мас-

лята — ошпарить кипятком, откинуть на сито, нарезать ломтиками. Залить горячей водой, а затем варить так же, как обычный картофельный суп.

СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ИЛИ НА БУЛЬОНЕ ИЗ КОПЧЕНОСТЕЙ (300—500 г мяса или 250 г копченой ветчины или копченой грудинки; 300 г гороха; 150 г кореньев; 1 луковица; 1 столовая ложка жира).

Замочить горох на 2—3 часа.

Опустить горох в бульон. Варить 1½—2 часа.

Слегка поджарить на жире (можно на топленом свином сале) измельченные корни и лук. Добавить в суп, посолить. Варить 15 минут.

Подать с гренками из подсушенного в духовке белого хлеба, нарезанного некрупными кубиками.

При более продолжительной варке гороховый суп становится пюреобразным.

СОЛЯНКА НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (300 г мяса; 250 г жареных или вареных мясных продуктов; 2 луковицы; 2 столовые ложки томата-пюре; 2 столовые ложки масла или маргарина; 100 г сметаны; ¼ лимона; 150—200 г соленых огурцов).

Нашинковать лук, слегка поджарить, добавив в конце жарения томат-пюре.

Нарезать кусочками жареные или вареные мясные продукты (мясо или ветчину, язык, сосиски, колбасу и др.) и сложить в посуду, добавить мелко нарезанные (без кожицы) соленые огурцы, слегка поджаренный лук, лавровый лист, перец горошком, залить предварительно приготовленным мясным бульоном.

Проварить все 10 минут. Подать со сметаной, ломтиками лимона, посыпать зеленью петрушки или укропа.

СОЛЯНКА НА РЫБНОМ БУЛЬОНЕ.

Вместо отварных или жареных мясных продуктов используется вареная рыба, которую извлекают из рыбного бульона тотчас после окончания варки и добавляют в солянку одновременно с тушеным луком и огурцами. Эту солянку подают обычно без сметаны.

Томат-пюре в летние месяцы заменяют помидорами.

Для придания солянке густоты ее можно приготовить с картофелем. Нарезанный картофель варят в бульоне, а затем добавляют все остальные продукты в той же последовательности, как указано в предыдущем рецепте.

СОЛЯНКА НА ГРИБНОМ БУЛЬОНЕ.

Вместо мясных продуктов добавляют мелко нарезанные вареные грибы из бульона. В остальном поступают так же, как при варке мясной солянки.

СУП С МЯСНЫМИ КОНСЕРВАМИ (банка мясных консервов; 2 л воды; 600 г картофеля; 150 г кореньев; 1 луковица; 1 столовая ложка масла или маргарина).

Слегка поджарить измельченные корни и лук. Вскипятить воду и опустить в нее нарезанный картофель, поджаренные корни; добавить лавровый лист, соль, перец. Варить 10—15 минут.

Положить консервы «Тушеное мясо» и прокипятить 10 минут.

Кроме картофеля, можно использовать крупу — рис, мелкую перловую — или набор овощей для борща или шей.

СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.

Этот суп готовят так же, как с мясными консер-

вами. Для шей, борща, рассольника можно использовать рыбные консервы в томате. Для картофельного супа лучше применять натуральные рыбные консервы (из осетрины, белуги, лосося, горбуши, кеты и других рыб в собственном соку).

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ (1 кг картофеля; 5 стаканов воды; 3 стакана молока; 2—3 столовые ложки сливочного масла; 2 яичных желтка; 2—3 стебля лука порей).

Нарезать некрупными кусками лук порей и слегка поджарить в масле.

Нарезать картофель и вместе с поджаренным луком пореем отварить. В конце варки добавить соль.

Протереть картофель вместе с отваром через волосяное сито. Влить 2 стакана горячего молока, перемешать, прокипятить.

Растереть желтки с молоком (1 стакан). Снять суп с огня и тотчас же влить в него желтки, все время помешивая их, добавить нерастопленное сливочное масло, вводя его в суп маленькими порциями и помешивая до полного растворения. После добавления желтков и масла суп кипятить не следует.

Подать с гренками или с кукурузными хлопьями.

СУП-ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (1 кг моркови; 125 г риса; 2—3 столовые ложки сливочного масла; 2 стакана молока; 5 стаканов воды; 1 столовая ложка сахара).

Нарезать морковь кружочками, добавить несколько столовых ложек воды, 1 столовую ложку масла, соль, сахар и протушить в посуде с закрытой крышкой на небольшом огне в течение 10 минут.

Влить горячую воду, добавить рис и проварить все до мягкости приблизительно в течение 35—40 минут.

Протереть вместе с отваром через волосяное сито, влить горячее молоко, перемешать и вскипятить.

Перед подачей к столу снять с огня, заправить маленькими порциями нерастопленного сливочного масла.

Подать с гренками или рассыпчатой рисовой кашей.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ КУКУРУЗЫ (1 банка консервированной кукурузы; 3 стакана молока; 3 стакана воды; 2 столовые ложки муки; 3—4 столовые ложки масла).

Зерна кукурузы пропустить через мясорубку, залить горячей водой. Поставить на огонь.

Слегка поджарить в масле муку (до тех пор, пока она не станет светло-желтой), развести горячим молоком, растереть, чтобы не было комков. Влить эту смесь в кукурузу и проварить в течение 20 минут.

Протереть вместе с отваром сквозь сито, посолить. Снять с огня, заправить охлажденным маслом (разделяя его на маленькие порции и помешивая в супе до полного растворения).

Подать с кукурузными хлопьями или с гренками.

МОЛОЧНЫЙ СУП (1 л молока; 100 г риса, или 50 г лапши, или 100 г мелкой перловой крупы, или 1 стакан овсяных хлопьев; 1 столовая ложка масла; 1/2 столовой ложки сахара).

Промыть рис, откинуть на дуршлаг и сварить его на воде до полуготовности.

Вскипятить молоко, насыпать в него полуготовый рис, посолить, добавить сахар. Варить 25—30 минут. Снять с огня, добавить масло.

Вместо риса можно использовать перловую крупу. Ее промывают, замачивают в холодной воде (на 2 часа), откидывают на дуршлаг, опускают в кипящее молоко. Варят 50—60 минут. Если суп готовят с лапшой или овсяными хлопьями, варка продолжается 15—20 минут. В эти супы можно не добавлять сахару.

ОКРОШКА ОВОЩНАЯ (1 л кваса; 1 свекла; 1—2 картофелины; 1 морковь; 2 огурца; 50 г зеленого лука; 2 яйца; 1/2 стакана сметаны; по 1 чайной ложке сахара и горчицы).

Промыть, очистить от кожицы и мелко нарезать зеленые огурцы, вареные свеклу, морковь и картофель.

Измельчить зеленый лук и растереть его деревянной ложкой с солью.

Растереть желтки крутых яиц с горчицей. Белки изрубить.

Соединить овощи с луком, желтками и белками, добавить сметану, соль, сахар, залить квасом, размешать.

Подать с зеленью петрушки или укропа.

Окрошку готовят и с мясными продуктами (250 г нежирной отварной говядины или телятины, ветчины, языка и др.). Мелко нарезанные в виде кубиков мясные продукты добавляют в квас одновременно с овощами.

СУП ВИШНЕВЫЙ С РИСОМ (500 г вишен; 125—150 г риса; 100—150 г сахара; 5 стаканов воды).

Промыть вишни холодной водой, освободить от косточек. Выложить косточки в кастрюлю, залить их кипятком, вскипятить. Процеженный отвар поставить снова на огонь, добавить сахар и, когда он закипит, всыпать промытый рис.

Когда рис будет мягким, добавить вишни, кипятить 5—7 минут.

Вишневый суп можно подавать и горячим и холодным.

КЛЮКВЕННЫЙ СУП С МАННОЙ КАШЕЙ (300 г клюквы; 75 г манной крупы; 1 1/4 стакана молока; 150 г сахара; 5 стаканов воды).

Сварить на молоке манную кашу. Выложить ее на смоченное водой блюдо, охладить.

Перебрать, промыть и размять деревянной ложкой клюкву, залить холодной водой, добавить сахар, вскипятить, процедить и поставить на холод.

Нарезать квадратиками охлажденную манную кашу. В каждую тарелку положить по несколько кусочков каши и залить клюквенным отваром.

МЯСНЫЕ БЛЮДА

МЯСО ОТВАРНОЕ — ГОВЯДИНА, БАРАНИНА, ТЕЛЯТИНА, СВИНИНА, МОЗГИ И ДР. (500 г мяса без костей; 0,5 л воды; 1 морковь; 1 петрушка; 1 луковица, сельдерей и порей — по вкусу).

Подготовленное мясо сложить в кастрюлю, залить кипятком, поставить на огонь.

Довести жидкость до кипения, удалить пену и значительно уменьшить нагрев. Довести до готовности

на маленьком огне. За полчаса до окончания варки добавить соль, лавровый лист и перец горошком, нарезанные кусочками морковь, петрушку, сельдерей, порей.

Слить отвар и приготовить на нем соус (см. стр. 195). Мясо вместе с овощами выложить на блюдо. Вокруг расположить отварной картофель, другие отварные овощи, заправленные маслом, или макароны.

Мозги замачивают на 30—40 минут в холодной воде, затем освобождают от верхней пленки, промывают и варят; при варке в воду можно добавить уксус. Когда мозги закипят, кладут лавровый лист, соль, перец горошком и доводят до готовности. Подают отварными под белым или томатным соусом.

Язык варят так же, как мясо, но после окончания варки промывают в холодной воде, снимают кожу и перед подачей опускают для прогревания в отвар. На гарнир — картофельное пюре или зеленый горошек.

Солонину и сырокопченый окорок предварительно вымачивают в холодной воде в течение нескольких часов, затем заливают холодной водой; доводят до кипения и доваривают на маленьком огне до готовности.

СОСИСКИ, САРДЕЛЬКИ, ВЕТЧИНА (500 г сосисок, сарделек или вареной ветчины; 500 г картофеля или 1 банка консервированного горошка; 1 столовая ложка масла).

Сосиски и сардельки опускают в кипящую воду; после того как вода снова закипит, уменьшают нагрев, прекращая кипение, и держат в горячей воде тонкие сосиски 5—7 минут, а сардельки и толстые сосиски 10—12 минут.

Выкладывают на блюдо гарнир (картофельное пюре, заправленное маслом, или тушеную капусту), поверх гарнира — сосиски или сардельки.

Сосиски и сардельки можно приготовить жареными. Для этого сардельки разрезают вдоль пополам и обжаривают в масле, маргарине или топленом свином сале. Сосиски обжаривают целиком. Жарение сырых сосисок продолжается 15—20 минут.

ГОВЯДИНА, БАРАНИНА, СВИНИНА ТУШЕНЫЕ КУСКОМ (500 г мяса без костей; 1 морковь; 1 петрушка; 1 луковица; 1 столовая ложка муки; 2 столовые ложки жира; 1 столовая ложка томат-пюре).

Подготовленное мясо посолить, поперчить и выложить на разогретую сковороду с небольшим количеством жира (топленого масла, свиного сала или маргарина). Поджарить до образования равномерной румяной корочки со всех сторон.

Нарезать коренья и лук, слегка их поджарить и положить на дно кастрюли, поверх овощей поместить мясо, влить 8—10 столовых ложек бульона или горячей воды, добавить томат-пюре, 2 лавровых листа, перец горошком (6—8 горошин).

Закрыть посуду крышкой, поставить на маленький огонь.

Через 1—1½ часа поджарить муку с жиром, пока она не станет светло-коричневой, развести горячей водой, влить в мясо, размешать, продолжать тушение до готовности.

Готовое мясо нарезать ломтями, полить соусом, образовавшимся при тушении. На гарнир — отварные макароны, тушеная капуста, отварной или жареный картофель, свежие помидоры, огурцы и др.

Мясо можно тушить также с луком и картофелем. В этом случае обжаривают сырой картофель,

затем измельченный лук и добавляют в мясо через 1—1½ часа после начала тушения. Тушеное с картофелем мясо мукой не заправляют. Подают, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

МЯСО ТУШЕНОЕ МЕЛКИМИ КУСОЧКАМИ (500 г мяса; 800 г картофеля; 2 луковицы; 1 столовая ложка муки; 2—3 столовые ложки томат-пюре; 2 столовые ложки жира).

Нарезать мясо мелкими кубиками, посолить, поперчить, поджарить на сильно разогретой с жиром сковороде.

Незадолго до окончания жарения посыпать мелко нарезанным луком, а через 3—5 минут — мукой, перемешать и продолжать жарение еще несколько минут.

Сложить в кастрюлю, добавить томат-пюре, 1—2 лавровых листа, 6—8 горошин перца, залить горячей водой (1½—2 стакана). Поставить на маленький огонь, плотно закрыть посуду крышкой. Тушить 35—40 минут. Готовое мясо выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки или укропа. Обложить вокруг гарниром — отварным или жареным картофелем, рассыпчатой рисовой кашей, макаронами.

Так же можно приготовить тушеное второе блюдо из говяжьего сердца, вымени.

ГОЛУБЦЫ (300 г мяса без костей или фарша; 800 г капусты; ½ стакана риса; 1 луковица; 3 столовые ложки сметаны; 2 столовые ложки томат-пюре; 3 столовые ложки масла или маргарина; 1 столовая ложка муки).

Снять с рыхлого кочана капусты листья, опустить в кипящую, слегка подсоленную воду, проварить в течение 7—10 минут, откинуть на решето, чтобы стекла вода.

Отварить рис в подсоленной воде (до полуготовности), откинуть на дуршлаг. Поджарить мелко нарезанный лук.

Пропустить мясо через мясорубку, смешать с остывшим рисом и луком, посолить, поперчить.

Слегка отбить тупой утолщенные части капустных листьев, положить на середину кусочек фарша, завернуть листья валиками, связать нитками, обвалить в муке, поджарить со всех сторон на сковороде. После этого освободить от ниток и переложить голубцы в кастрюлю, а на сковороду, где они жарились, добавить томат-пюре, лук, сметану и один стакан горячей воды. Прокипятить и влить эту смесь в кастрюлю с голубцами.

Закрыть посуду крышкой, поставить в духовой шкаф или на маленький огонь, тушить 30—35 минут до готовности капусты.

Подать вместе с соусом. Посыпать зеленью петрушки или укропа.

ГОВЯДИНА, ТЕЛЯТИНА, БАРАНИНА, СВИНИНА ЖАРЕНЫЕ КУСКОМ (1 кг мяса; 1—2 столовые ложки жира).

Обмыть мясо холодной водой и вытереть чистой тканью.

Разогреть сковороду или противень с жиром. Посолить мясо и обжарить со всех сторон до образования румяной корочки.

Влить несколько ложек бульона или горячей воды и поставить в духовку.

Через каждые 10—15 минут зачерпывать ложкой сок, образовавшийся при жарении, и поливать им сверху мясо.

Жирную баранину и свинину можно ставить в горячую духовку, не обжаривая на сковороде.

Выложить мясо на блюдо, нарезать ломтями, залить соком. На гарнир — жареный картофель, макароны, каша, овощной и зеленый салат, свежие или соленые огурцы и помидоры. К свинине также подают тушеную капусту.

МЯСО ЖАРЕНОЕ ПОРЦИОННЫМИ КУСКАМИ (500 г мяса или 4 бифштекса-полуфабриката; 1—2 столовые ложки масла).

Слегка отбить нарезанное порционными кусками мясо. Посолить и поперчить.

Хорошо разогреть сковороду с жиром. Выложить на нее куски мяса, соблюдая между ними расстояние не менее 1 см. Поджарить до образования с обеих сторон равномерной румяной корочки.

Выложить на блюдо, полить маслом и соком со сковороды. На гарнир — жареный картофель, зеленый салат.

Бифштекс можно подать с поджаренными отдельно, нарезанными кольцами репчатым луком или яичницей-глазуньей. И лук и яйцо при подаче к столу положить поверх порционных кусков.

БЕФ-СТРОГАНОВ (500 г мяса без костей или 4 порции полуфабриката; 100—150 г сметаны; 2 луковицы; 1 столовая ложка муки; 2—3 столовые ложки масла).

Нарезать мясо тонкими ломтями, слегка отбить и нарезать в виде крупной лапши. Посолить и поперчить непосредственно перед обжариванием. Мелко нарезать лук.

Хорошо разогреть с маслом глубокую сковороду, положить лук, слегка поджарить и отодвинуть на край сковороды, затем поджарить мясо. После этого смешать мясо с луком, посыпать мукой, жарение продолжить еще три минуты, залить сметаной и дать покипеть. Если беф-строганов готовят из жесткого мяса, тогда его после обжаривания надо 20—30 минут тушить.

Подать с жареным картофелем (можно мясо перемешать с картофелем), посыпать зеленью петрушки или укропа.

Для придания кушанью более острого вкуса одновременно со сметаной можно добавить 1—2 столовые ложки готовых соусов — томатного, «Южного» или «Восточного».

СВИНЫЕ, БАРАНЬИ, ТЕЛЯЧЬИ ОТБИВНЫЕ КОТЛЕТЫ (500—600 г мяса или 4—5 порций полуфабрикатов; 1 яйцо; 2 столовые ложки масла; 1/2 стакана молотых сухарей).

Слегка отбить котлету, посолить, смочить взбитым яйцом, обвалить в сухарях.

Хорошо разогреть сковороду с жиром, обжарить котлету с обеих сторон.

Выложить на блюдо, полить слегка маслом. На гарнир — жареный картофель, отварные овощи, заправленные маслом, зеленый салат.

МОЗГИ ЖАРЕННЫЕ.

Вареные мозги охлаждают в той воде, в которой они варились, нарезают кусочками или используют целыми полушариями, солят, перчат, обваливают в муке или сухарях и жарят. На гарнир — зеленый горошек или картофельное пюре.

ПЕЧЕНКА ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ (500 г печенки; 2 луковицы; 2 столовые ложки муки; 2 столовые ложки топленого масла или свиного сала).

Очистить печенку от пленки и вырезать крупные кровеносные сосуды, обмыть, нарезать нетолстыми ломтиками, посолить, поперчить и обвалить в муке.

Нарезать луковицы тонкими кольцами.

Разогреть сковороду с жиром, выложить лук, поджарить, отодвинуть на край сковороды. Положить печенку, поджарить с обеих сторон (12—15 минут).

Подать на блюде, украсив каждый ломтик печенки жареным луком. На гарнир — жареный картофель.

ПЕЧЕНКА ТУШЕНАЯ СО СМЕТАНОЙ.

Обжарить печенку до полуготовности, переложить со сковороды в кастрюлю.

На сковороду, где она обжаривалась, положить мелко нарезанный лук, слегка поджарить, залить сметаной (100 г) и горячей водой (1 стакан), прокипятить и залить этой смесью печенку.

Тушить под закрытой крышкой на маленьком огне.

Через 30—35 минут выложить печенку вместе с соусом на блюдо, посыпать зеленью петрушки или укропа. На гарнир — картофель (отварной, жареный или пюре), макароны, свежие помидоры и огурцы.

КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ (500 г мяса без костей или фарша; 100—125 г белого хлеба; 3/4 стакана молока или воды; 2 столовые ложки топленого масла, или маргарина, или свиного, говяжьего сала; 1/2 стакана молотых сухарей).

Намочить в холодном молоке или воде черствый белый хлеб без корки.

Очистить мякоть от пленок, сухожилий, промыть; нарезать кусками, пропустить через мясорубку.

Добавить хлеб (не отжимая от жидкости), перемешать и пропустить фарш еще раз через мясорубку. Если фарш недостаточно сочен, подлить 2—3 столовые ложки холодного молока или воды. Посолить, тщательно перемешать.

Разделить фарш в виде котлет или битков (котлетам придать удлиненную форму, биткам — круглую). Обвалить в молотых сухарях, обжарить.

Хорошо разогреть сковороду с жиром, уложить котлеты, соблюдая расстояние между ними не менее 1 1/2—2 см, обжарить одну сторону до образования румяной корочки, осторожно повернуть и жарить на легком огне до готовности приблизительно 10 минут.

Полить маслом. На гарнир — картофель, каша гречневая, отварной рис, макароны и др.

В котлетный фарш можно добавлять лук или чеснок, молотый черный перец.

Для придания котлетам сочности их можно непосредственно перед концом жарения залить сметаной или томатным соусом и подать к столу.

ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЫЙ (1 поросенок весом 2—3 кг; 2—3 столовые ложки жира; 1 столовая ложка сметаны).

Опалить над некопящим пламенем те части тушки, на которых сохранилась щетина.

Разрезать поросенка по грудке и брюшку, выпотрошить, надрубить позвоночные кости с внутренней стороны так, чтобы тушку можно было распластать, хорошо промыть и обсушить полотенцем.

Посолить тушку с внутренней стороны, наружную сторону смазать сметаной, сбрызнуть маслом, распластать на противне, влить полстакана воды и поставить в горячую духовку.

Примерно через каждые 10 минут поливать поросенка жиром с противня.

Жарить примерно час-полтора. Готового поросенка переложить в другую посуду, противень поставить

на огонь, выпарить излишек влаги, жир слить и на противень влить небольшое количество (1 стакан) горячего бульона или воды, прокипятить, посолить и процедить. Этот сок подают к поросенку отдельно.

Отделить голову поросенка, тушку разрезать по позвоночнику на две половины, а каждую половину — на порционные куски.

Положить на блюдо заправленную маслом и рублеными крутыми яйцами гречневую рассыпчатую кашу, поверх нее уложить куски поросенка, придав им вид целой тушки.

КРОЛИК ЖАРЕННЫЙ (1 кролик; 2—3 столовые ложки масла).

Тушку кролика для жарения подготовить так же, как и поросенка, только не опаливать.

Разогреть на сковороде жир и поджарить кролика на легком огне. Затем поставить жаркое в духовку и примерно через 10—15 минут поливать мясо соком со сковороды.

Готового кролика разрезать на порционные куски. Влить в посуду, где он жарился, несколько ложек горячего бульона или воды, вскипятить, посолить и полить этим соком куски кролика. На гарнир — жареный картофель или пюре, гречневая или рисовая рассыпчатая каша, овощной или зеленый салат, огурцы, помидоры.

БЛЮДА ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ И ДИЧИ

КУРЫ ИЛИ ЦЫПЛЯТА ЖАРЕННЫЕ (1 курица или 1—2 цыпленка; 2—3 столовые ложки масла).

Подготовить и заправить тушку птицы. Посолить, положить в неглубокую посуду (сотейник или сковороду), предварительно хорошо разогретую с жиром на плите. Поджарить до образования равномерной золотистой корочки со всех сторон.

Положить тушку на спинку, подлить несколько ложек горячего бульона или воды, поставить в духовку. Дожарить, периодически поливая тушку соком из посуды, до готовности.

Готовую птицу разрезать на порционные куски, положить их на блюдо, полить маслом и соком со сковороды. На гарнир — жареный картофель, зеленый или овощной салат, свежие помидоры, огурцы и др.

КУРЫ ИЛИ ЦЫПЛЯТА, ПОДЖАРЕННЫЕ В СУХАРЯХ (1 курица или 1—2 цыпленка; 1 яйцо; 2 столовые ложки муки; $\frac{1}{2}$ стакана молотых сухарей; 3 столовые ложки топленого масла).

Отварить курицу или цыплят, как указано на стр. 147—148. Охладить и разрезать на порционные куски, посолить (если недостаточно соленые), обвалять в муке, смочить взбитым яйцом, обвалять в молотых сухарях.

Хорошо разогреть в глубокой сковороде или сотейнике топленое масло и поджарить на нем тушку в течение 7—10 минут до образования равномерной румяной корочки.

Подавать на блюде. На гарнир — жареный картофель, зеленый салат, свежие помидоры и огурцы, салат из красной капусты, моченая брусника.

ГУСЬ ИЛИ УТКА ЖАРЕННЫЕ.

Подготовленную тушку посолить внутри и снаружи, положить в гусятницу. Влить $\frac{1}{2}$ стакана воды. Если тушка недостаточно жирна, полить ее растопленным маслом.

Поставить в горячую духовку и через каждые 10—15 минут поливать жиром, вытопившимся при жарении. Время от времени тушку переворачивать, чтобы она равномерно подрумянилась.

На гарнир — тушеная капуста, жареный картофель, гречневая каша, печеные яблоки.

ГУСЬ ИЛИ УТКА ЖАРЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ (гусь или утка; для фарширования гуся — 2 кг яб-

лок, утки — 1 кг яблок; 2 столовые ложки жира; сахар по вкусу).

Яблоки (лучше всего антоновские) очистить от кожуры, семян и, нарезав дольками, посыпать сахаром.

Через надрез на брюшке подготовленной тушки заложить внутрь яблоки и зашить разрез белыми нитками. Жарить, как указано в предыдущем рецепте, уложив птицу в гусятницу спинкой вниз.

Готовую птицу вынуть из гусятницы, освободить от ниток. Яблочное пюре вынуть из брюшка, тушку разрезать на порционные куски, полить соком (без жира), подать с яблочным пюре.

РАГУ ИЗ ПОТРОХОВ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ (500 г потрохов; 600—700 г картофеля; 1 морковь; 1 петрушка; 1 луковица; 100 г томата-пюре; 2 столовые ложки масла или маргарина; 1 столовая ложка муки).

Подготовленные потроха посолить, выложить на глубокую сковороду или в сотейник, разогретый с жиром, обжарить в течение 8—10 минут, посыпать мукой и продолжать жарение еще в течение 3—5 минут.

Залить горячим бульоном или водой ($1\frac{1}{2}$ —2 стакана), добавить томат-пюре, перемешать, закрыть посуду крышкой, значительно уменьшить нагрев. Тушить 30 минут.

Мелко нарезать корни и лук; картофель нарезать дольками, слегка обжарить, положить в потроха, добавить 1—2 лавровых листика, перец, соль, перемешать и продолжать тушение еще 30 минут.

РЯБЧИК, КУРОПАТКА, ТЕТЕРЕВ, ФАЗАН ЖАРЕННЫЕ (1 фазан, или 1 тетерев, или 2 рябчика, или 2 куропатки; 2 столовые ложки масла).

Подготовленную тушку посолить и положить в хорошо разогретую с жиром посуду.

Обжарить со всех сторон, поставить в духовку. Время от времени поливать растопленным жиром.

Рябчика, куропатку жарят 20—25 минут, фазана или тетерева — 35—40 минут.

Готовую тушку нарезать порционными кусками (рябчика, куропатку — пополам, фазана — на 4 части, тетерева — на 4—6 частей). На гарнир — жареный картофель, отварные, заправленные маслом овощи, маринованные плоды и ягоды, зеленый или капустный салат, свежие помидоры, огурцы и др.

РЫБНЫЕ БЛЮДА

РЫБА ОТВАРНАЯ (500 г рыбы; 1 луковица; 1/2 моркови; 1/2 петрушки).

Очистить рыбу от чешуи, выпотрошить, удалить жабры и тщательно промыть. Крупную рыбу нарезать порционными кусками (см. рис. 11 на стр. 152).

Нарезать лук и коренья, положить вместе с рыбой в кастрюлю, добавить 2 лавровых листика, 5—6 горошин черного или душистого перца. Залить мелкую рыбу (которую отваривают не нарезая) кипятком, порционные куски крупной рыбы — холодной водой. Посолить.

Вскипятить, удалить пену. Значительно уменьшить нагрев и продолжать варку до готовности рыбы при слабом кипении.

Подать горячую рыбу с отварным картофелем и соусом (см. стр. 195), холодную — с винегретом, овощным или зеленым салатом, маринованными огурцами и др.

Так варят судака, линя, сома, окуня. Морскую рыбу — треску, морского окуня, ставриду — и рыбу со специфическими привкусами, такую, как шуга, карась, варят в пряном отваре, используя для этого большое количество кореньев, лука и специй.

Измельченные коренья и специи отваривают в течение 7—10 минут, затем в горячий отвар закладывают не крупную рыбу. Если же в отваре готовят крупные порционные куски, то после кипячения отвар охлаждают, заливают им подготовленную рыбу и варят, как обычно.

Осетровую рыбу для варки заливают холодной водой с таким расчетом, чтобы вода только прикрывала рыбу, добавляют соль. Посуду закрывают крышкой. Ставят на большой огонь, доводят до кипения, снимают пену и всю последующую варку проводят при слабом, едва заметном движении жидкости. Осетровая рыба обладает тонким вкусом и запахом, поэтому при варке ее не применяют ни кореньев, ни лука, ни специй. При желании можно использовать только 1—2 лавровых листика. Готовность крупного куска рыбы определяют при помощи вилки: если вилка без затруднения прокалывает мякоть — рыба готова.

Готовую рыбу слегка охлаждают в отваре, а затем ее вынимают, удаляют из нее позвоночный хрящ и нарезают порционными кусками.

РЫБА ОТВАРНАЯ С ОВОЩАМИ (500 г рыбы; 1 морковь; 1 петрушка; 1 луковица; 1/2 свеклы; 500 г картофеля; 1 столовая ложка масла; 1/2 стакана молока).

Нарезать кружочками лук, свеклу, коренья и крупными кусками — картофель.

Подготовленную рыбу нарезать порционными кусками, посолить и поперчить.

Выложить на дно кастрюли овощи, поверх них положить рыбу. Залить небольшим количеством холодной воды с таким расчетом, чтобы вода прикрывала овощи.

Варить на маленьком огне.

Через 45—50 минут влить молоко, положить масло и проварить еще 20 минут.

Подать с овощами, с которыми рыба варилась.

РЫБА ЗАЛИВНАЯ (1 кг рыбы; 1 морковь; 1 луковица; 15—25 г желатина; 4—4 1/2 стакана воды).

Нарезанную порционными кусками рыбу посолить и вместе с измельченными петрушкой и луком, а также специями (2—3 лавровых листика и 6—8 горошин перца) залить холодной водой, поставить на огонь.

Через 25—30 минут с момента закипания жидкости осторожно вынуть из бульона куски рыбы, переложить их на блюдо, выдерживая расстояние между кусками 2—3 см.

Украсить блюдо ломтиками лимона, веточками петрушки, красиво нарезанными кружочками вареной моркови.

Бульон вместе с пищевыми отходами рыбы (головами без жабр, хвостами, плавниками) при слабом кипении проварить еще в течение 35—40 минут, после чего добавить в него хорошо разбухший в холодной кипяченой воде желатин и тщательно размешать. Снять бульон с огня, процедить через сито или чистую ткань, слегка охладить и залить им рыбу. Поставить на холод.

Осетровую рыбу варят цельным куском, охлаждают, нарезают порционными кусками и затем заливают ее, как указано выше.

Подать к рыбе хрен с уксусом.

ТРЕСКА С ЛУКОМ И ПОМИДОРАМИ (500 г филе трески; 1 крупная луковица; 250 г свежих помидоров; 2 столовые ложки масла).

Нарезать филе небольшими кусочками. Посолить и поперчить.

Нарезать луковицу тонкими кольцами, а помидоры — ломтиками.

Разогреть в глубокой сковороде или сотейнике масло, выложить рыбу, посыпать луком, прикрыть слоем помидоров.

Закрывать посуду крышкой и тушить рыбу на маленьком огне в течение 25—30 минут.

Готовую рыбу вместе с овощами выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки или укропа. На гарнир — отварной горячий картофель.

КОНСЕРВИРОВАННАЯ РЫБА В СМЕТАНЕ (1 банка рыбных натуральных консервов; 100 г сметаны; 1 столовая ложка масла).

Открыть банку консервов, осторожно слить сок в кастрюлю, добавить в него сметану и поставить на огонь.

Вынуть рыбу из банки, разделить на небольшие кусочки, положить в соус и прокипятить в течение 7—10 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки или укропа. На гарнир — отварной горячий картофель с маслом.

ТРЕСКА, КАМБАЛА, МОРСКОЙ ОКУНЬ ТУШЕННЫЕ С ХРЕНОМ (500 г рыбы; 100 г сметаны; 50 г хрена; 1 столовая ложка муки; 1 столовая ложка масла).

Смазать сотейник или глубокую сковороду маслом. Высыпать на дно посуды натертый хрен.

Нарезать порционными кусками рыбу, посолить, поперчить, положить на хрен и присыпать сверху хреном. Добавить немного горячего рыбного бульона или воды (1 стакан), 1 столовую ложку уксуса. Закрывать посуду крышкой, поставить на маленький огонь. Тушить 45—60 минут.

Осторожно слить в другую посуду отвар, добавить в него сметану, муку, растертую с маслом, и, все время помешивая, прокипятить в течение 5 минут.

Залить этим соусом рыбу и тушить еще 15—20 минут.

Подать с отварным картофелем. Посыпать зеленью петрушки или укропа.

ТРЕСКА ТУШЕНАЯ С КАПУСТОЙ (500 г рыбы; 800 г капусты; 3 столовые ложки растительного масла; 1—2 столовые ложки томата-пюре).

Свежую или квашеную капусту тушить до мягкости, добавить 1 столовую ложку растительного масла и томата-пюре.

Подготовленную рыбу нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, обвалять в муке и поджарить на сковороде.

Положить в посуду слой тушеной капусты, на нее — рыбу, прикрыть вторым слоем капусты. Влить 2—3 столовые ложки горячей воды, закрыть посуду крышкой, поставить в духовку на 1 час.

Подавать, посыпав зеленью петрушки.

ТРЕСКА, КАМБАЛА, МОРСКОЙ ОКУНЬ ЗАПЕЧЕННЫЕ (500 г рыбы; 3 столовые ложки масла; 1 яйцо; 1 стакан молока; 1 столовая ложка муки; 750 г картофеля; 1 луковица).

Порционные куски рыбы посолить, поперчить, обвалять в муке и поджарить.

Вареный картофель нарезать ломтиками и поджарить. Отдельно поджарить нарезанный мелко лук.

Растереть сырое яйцо с мукой и развести молоком.

Выложить рыбу в посуду, смазанную жиром. Посыпать сверху жареным луком, обложить вокруг жареным картофелем, залить смесью молока с яйцом. Поставить в духовку и запечь.

СОЛЯНКА ИЗ ТРЕСКИ ИЛИ МОРСКОГО ОКУНЯ (500 г рыбного филе; 750 г капусты; 2 столовые ложки маргарина; 100 г соленых огурцов; 1—2 столовые ложки томата-пюре; 1 луковица).

Нарезать рыбу небольшими кусками, соленые огурцы, очищенные от кожицы, ломтиками, нашинковать лук. Сложить в посуду, добавить томат-пюре и 2—3 столовые ложки горячей воды. Закрыть посуду крышкой. Тушить на небольшом огне 20—30 минут.

В отдельной посуде поставить тушить отжатую от сока квашеную капусту, добавить в нее жир.

Выложить в сотейник или глубокую сковороду, подмазанные жиром, слой готовой капусты, на нее — рыбу и второй слой капусты. Посыпать молотыми сухарями, добавить масло. Поставить в духовку.

Подавать, посыпав зеленью петрушки.

РЫБА ЖАРЕНАЯ (750 г рыбы или 500 г филе; 3 столовые ложки растительного масла; 2 столовые ложки муки).

Крупную рыбу, нарезанную порционными кусками,

или мелкую рыбу целиком посолить, поперчить и обвалять в муке.

Разогреть сковороду с жиром, выложить рыбу и обжарить ее до образования равномерной золотистой корочки.

Готовую рыбу положить на блюдо, полить растопленным сливочным маслом, посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа. На гарнир — жареный картофель, салат из квашеной капусты, зеленый салат, свежие огурцы и помидоры, гречневая рассыпчатая каша. Отдельно можно подать соус (см. стр. 195).

Для придания рыбе лучшего вкуса и внешнего вида ее можно после обваливания в муке смочить взбитым яйцом и обвалять в сухарях.

ОСЕТРОВАЯ РЫБА ЖАРЕНАЯ С ПОМИДОРАМИ (600—700 г рыбы; 250 г свежих помидоров; 4 столовые ложки масла; 2 столовые ложки муки; 1 луковица; $\frac{1}{2}$ стакана молока).

Молоко посолить и поперчить. Смочить в нем порционные куски рыбы. Обвалять в муке.

Выложить рыбу на хорошо разогретую с маслом сковороду и поджарить каждый кусок с обеих сторон.

Нарезать помидоры (пополам), посолить, поперчить. Сильно разогреть сковороду и положить помидоры срезанной стороной вниз.

Отдельно поджарить лук, нарезанный тонкими кольцами. Выложить поджаренную рыбу на блюдо. Поверх каждого куска положить помидоры и лук. Полить маслом со сковороды, посыпать зеленью петрушки или укропа. На гарнир — жареный картофель, свежие или соленые огурцы, помидоры, зеленый салат и др.

РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ (500 г рыбного филе; 100 г черствого белого хлеба; $\frac{1}{2}$ стакана молока; 2 столовые ложки масла или маргарина).

Пропустить через мясорубку рыбное филе. Добавить размоченный в холодном молоке черствый белый хлеб и вновь пропустить эту смесь через мясорубку.

Посолить, поперчить, добавить немного растительного масла (при желании также одно сырое яйцо). Тщательно размешать.

Сделать котлеты, обвалять в молотых сухарях и поджарить на хорошо разогретой сковороде. На гарнир — жареный картофель, свежие или соленые огурцы и помидоры. Отдельно томатный соус (см. стр. 195).

ОВОЩНЫЕ И ГРИБНЫЕ БЛЮДА

КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ.

Очищенный и промытый картофель положить в кастрюлю, залить горячей водой, довести до кипения. Посолить. Варить 15—20 минут.

Слить воду, прикрыть посуду крышкой, поставить на маленький огонь. Через 3—5 минут снять с огня, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа. Масло подать отдельно или полить им картофель.

Вкусный отварной картофель можно приготовить также, добавляя в него (после того как слита вода) измельченную зелень петрушки или укропа и кусочки сливочного масла. В таком виде картофель держат на маленьком огне 5—10 минут, время от времени встряхивая посуду, чтобы он не приставал ко дну.

В молодой картофель можно дополнительно положить сметану (на 1 кг картофеля 100 г сметаны).

КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ.

Очищенный картофель залить кипятком, отварить в течение 10 минут, слить воду, залить кипящим молоком (2 стакана) и посолить. Варить еще 15—20 минут на маленьком огне.

Подавать, заправив сливочным маслом, зеленью петрушки или укропа.

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (1 кг картофеля; 1 стакан молока; 2 столовые ложки масла).

Отварить картофель и горячим протереть его через волосяное сито или размять деревянной толкуш-

кой. Посолить, влить, все время помешивая, горячее молоко.

Подать, заправив сливочным маслом.

КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ (1 кг картофеля; 1/2 стакана муки или сухарей; 2 яйца; 3 столовые ложки маргарина или масла).

Горячий отварной картофель протереть через сито или размять толкушкой.

Заправить пюре маслом, яйцами, солью. Хорошо перемешать.

Разделать в виде круглых или овальных котлет, обвалять в муке или сухарях, обровнять ножом и поджарить на хорошо разогретой с жиром сковороде.

Выложить на блюдо, полить маслом со сковороды. Отдельно подать грибной соус (см. стр. 196) или сметану.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ ЗРАЗЫ С ГРИБАМИ (1 кг картофеля; 100—125 г сухих или 200—250 г свежих грибов; 2 луковицы; 2—3 столовые ложки масла, 100 г сметаны).

Отварные сухие или свежие грибы смешать с мелко нарезанным жареным луком и слегка поджарить. Посолить, поперчить.

Разделать картофельное пюре в виде лепешек. Положить на середину каждой лепешки начинку, соединить края, придать форму пирожка, смазать яйцом, обвалять в сухарях.

Обжарить, выложить на блюдо, полить сверху маслом со сковороды.

КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕНЫЙ.

Очищенный и промытый картофель нарезать мелкими кубиками, ломтиками или соломкой. Промыть в холодной воде и обсушить в чистом полотенце.

Хорошо разогреть сковороду с жиром. Положить картофель, обжарить, посолить мелкой сухой солью.

ОЛАДЬИ ИЗ СЫРОГО КАРТОФЕЛЯ (1 кг картофеля; 1 стакан муки; 50 г дрожжей; 3 столовые ложки растительного масла; 2 яйца).

Быстро натереть на терке сырой картофель.

Развести дрожжи теплой водой, влить в картофель, посолить, всыпать муку, добавить яйца и все тщательно перемешать, чтобы не было комков. Поставить в теплое место.

Когда картофельная масса подойдет, хорошо разогреть сковороду с растительным маслом, выложить массу ложкой на сковороду в форме оладий, поджарить с двух сторон.

Подать со сливочным маслом или сметаной.

КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА (1 кг картофеля; 2 яйца; 1 стакан молока; 2 луковицы; 3 столовые ложки жира).

Приготовить картофельное пюре с яйцом (см. стр. 185).

Смазать глубокую сковороду жиром. Выложить слой пюре, на него — слой жареного лука и второй слой пюре, разровнять ножом, смазать яйцом и сбрызнуть растопленным маслом.

Запечь в духовом шкафу.

Картофельную запеканку можно приготовить и с мясной начинкой. Для этого вареное мясо (говядину, баранину, свинину) пропустить через мясорубку, слегка поджарить, смешать с жареным луком, заправить солью и перцем, влить 1—2 столовые ложки горячего бульона. В дальнейшем поступать, как указано выше.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ (1 кг капусты; 2 луковицы; 2 столовые ложки томата-пюре; по 1 столовой ложке уксуса, сахара и муки; 3 столовые ложки жира).

Мелко нарезанную свежую капусту залить горячей водой (1/2 стакана), добавить жир, томат-пюре и поставить тушить на маленький огонь, закрыв посуду крышкой.

Через 35—40 минут добавить уксус, сахар, соль, 1—2 лавровых листика, 5 горошин перца, поджаренную на масле муку и мелко нарезанный поджаренный лук.

Перемешать и тушить еще 15 минут.

Если используется квашеная капуста, то уксус не добавляется. Слишком кислую капусту промыть холодной водой, отжать и тушить.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ЖАРЕНАЯ (1 головка капусты; по 2 столовые ложки масла и молотых сухарей).

Отварить в подсоленной воде головку цветной капусты, охладить и разобрать на маленькие кочешки (соцветия).

Обжарить на сковороде. Переложить на подогретую тарелку. Добавить на сковороду масла и поджарить в нем молотые сухари. Подать капусту к столу, залив ее этой смесью.

КАПУСТНЫЕ КОТЛЕТЫ (1 кг капусты; 1/2 стакана молока; 1/2 стакана манной крупы; 2 яйца; 1/2 стакана сухарей; 3 столовые ложки масла).

Мелко нашинкованную капусту залить молоком, добавить 1 столовую ложку масла. Поставить тушить на маленький огонь, закрыв посуду крышкой.

Через 30—40 минут всыпать тонкой струйкой при непрерывном помешивании манную крупу. Подержать на огне еще 8—10 минут.

Снять с огня, слегка охладить, добавить сырые желтки, посолить, перемешать.

Сделать из капустной массы овальные котлеты, смазать их сырым белком, обвалять в сухарях. Поджарить на сковороде. Подать со сметаной.

МОРКОВНЫЕ КОТЛЕТЫ.

Эти котлеты готовят и подают так же, как капустные, но добавляют в них сахар.

МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ (1 кг моркови; по 3 столовые ложки масла и муки; сахар по вкусу).

Нарезанную кружочками морковь залить горячей водой (1/2 стакана), добавить масло (1 столовую ложку). Закрыть посуду крышкой и поставить тушить на небольшой огонь.

Через 30—35 минут добавить растертое с мукой масло, посолить, добавить сахар по вкусу, хорошо перемешать и продолжать тушение еще 10 минут. Это же блюдо можно приготовить и с рисом. Рис закладывают одновременно с морковью и заливают не водой, а молоком (на 100 г риса — 1 стакан молока).

ПОЧАТКИ КУКУРУЗЫ ОТВАРНЫЕ (5—6 початков; 75 г сливочного масла).

Молодые початки кукурузы (так называемой «молочной спелости») отварить в соленой воде до готовности.

Очистить вареный початок от листьев и волокон. Подать со сливочным маслом.

КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ С МОЛОКОМ (1 кг кукурузных початков; 2 столовые ложки масла; 1 столовая ложка муки; 3 стакана молока).

Снять зерна с молодых початков. Залить молоком и сварить до мягкости.

Подсушить муку на сковороде, растереть ее с маслом, разбавить молоком, влить в кукурузу, посолить, размешать, прокипятить.

КУКУРУЗА СО СМЕТАНОЙ (1 банка консервированной кукурузы; 1 столовая ложка масла; 50—75 г сметаны; $\frac{1}{2}$ столовой ложки муки).

Подсушить муку на горячей сковороде, смешать со сметаной.

Подогреть кукурузу, слить отвар, добавить сметану, посолить, проварить до загустения.

Подать, посыпав зеленью петрушки или укропа.

КУКУРУЗА В ТОМАТНОМ СОУСЕ (2 банки консервированной кукурузы; 2 столовые ложки масла или маргарина; 3 столовые ложки томат-пюре; 1 луковица; 1 столовая ложка муки).

Мелко нарезать лук, положить на сковороду, разогретую с жиром, поджарить, через 5 минут посыпать мукой и добавить томат-пюре, продолжая жарение еще 3—5 минут.

Разбавить горячим бульоном или отваром кукурузы ($\frac{1}{2}$ стакана). Прокипятить.

Разогреть кукурузу, слить отвар, добавить соус, соль и перец. Размешать, заправить маслом. Тушить в посуде с закрытой крышкой 10—15 минут.

ГРИБЫ ЖАРЕННЫЕ (500 г белых грибов, подосиновиков, маслят, рыжиков или шампиньонов;

2 столовые ложки муки; 3 столовые ложки масла)

Подготовленные грибы нарезать ломтиками, ошпарить кипятком, выложить на сито для того, чтобы стекла вода, посолить.

Разогреть сковороду с маслом, выложить грибы и поджарить. Незадолго до окончания жарения посыпать грибы мукой, перемешать и довести до готовности.

Подать, посыпав зеленью петрушки или укропа.

Грибы можно поджарить и с луком. Для этого мелко нарезанный лук слегка поджаривают, смешивают с грибами и продолжают жарение еще несколько минут.

ГРИБЫ В СМЕТАНЕ (500 г свежих грибов; 100 г сметаны; 2 столовые ложки масла; $\frac{1}{2}$ столовой ложки муки).

Очищенные и промытые в холодной воде грибы ошпарить кипятком, откинуть на сито, чтобы стекла вода, нарезать ломтиками, посолить.

Выложить на разогретую с маслом сковороду и поджарить.

Растереть муку с маслом, развести сметаной и перед окончанием жарения добавить в грибы. Дать прокипеть и подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки или укропа.

Если для этого кушанья используют сморчки, то их до обжаривания варят в течение 5 минут, залив кипятком, затем промывают в холодной воде, дают воде стечь и в дальнейшем поступают так, как указано выше.

БЛЮДА ИЗ КРУП, МАКАРОН, ТВОРОГА

ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ КАША (2 $\frac{1}{2}$ стакана крупы; 3—3 $\frac{1}{2}$ стакана воды; 2 столовые ложки масла; 1 чайная ложка соли).

Перебрать и поджарить крупу на сковороде, без жира, все время помешивая, чтобы крупа не подгорела, а только подрумянилась.

Высыпать в кастрюлю, посолить, добавить масло (1 столовую ложку), залить кипятком, поставить на огонь. Через несколько минут удалить накипь, а когда каша загустеет, закрыть кастрюлю крышкой и поместить ее в посуду большего размера, на дне которой все время должна быть вода. Варить кашу до готовности.

Кашу для упревания можно поставить и в духовку. В этом случае кастрюлю с кашей ставят на сковороду, на дне которой также должна быть вода.

Гречневую кашу можно подать с молоком, маслом, крутыми яйцами или приготовить со шпиком и луком. Для этого шпик нарезать мелкими кубиками, обжарить вместе с измельченным луком, положить в готовую кашу и хорошо размешать.

ГРЕЧНЕВАЯ КАША С ГРИБАМИ (2 $\frac{1}{2}$ стакана крупы; 3—3 $\frac{1}{2}$ стакана грибного бульона; 2 столовые ложки масла; 1 чайная ложка соли; 75 г сухих грибов).

Сварить грибной бульон. Вынуть грибы, промыть холодной водой, нарезать и поджарить. Отдельно поджарить лук.

Подготовленную крупу обжарить, посолить, залить горячим грибным бульоном. Варить, как рассыпчатую.

Готовую кашу смешать с поджаренными грибами и луком.

ПШЕННАЯ КАША (2 стакана пшена; 4 стакана воды; 1 столовая ложка масла; 1 чайная ложка соли и 1 столовая ложка сахара).

Крупу перебрать, тщательно промыть в теплой воде, затем обдать кипятком, слить воду и положить крупу в посуду, залить кипятком, добавить 1 столовую ложку масла, сахар и соль. Перемешать и варить, время от времени помешивая, пока каша не загустеет.

Поставить упревать, поместив кастрюлю с кашей в большую посуду с водой.

Если пшено имеет горький привкус, его предварительно отваривают в воде (8 стаканов) в течение 10—15 минут, затем воду сливают и варят кашу, как обычно.

Пшенную кашу можно приготовить с тыквой. Для этого очищенную от кожи и семян тыкву нарезают ломтиками, заливают кипящим молоком, разбавленным водой, кладут в нее сахар, соль и доводят до кипения. Через 5—10 минут добавляют пшено, хорошо перемешивают и варят еще 30—40 минут до готовности, как указано в предыдущих рецептах.

РИСОВАЯ КАША (2 стакана риса; 4 стакана воды; 1 чайная ложка соли; 1 столовая ложка масла).

В кипящую воду добавить 1 столовую ложку масла, соль и всыпать перебранный и промытый рис.

Когда каша загустеет, поставить ее упревать, как рассыпчатую гречневую.

МОЛОЧНЫЕ КАШИ (1 стакан крупы; 4—5 стаканов молока; $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли; сахар по вкусу).

Чтобы приготовить рисовую или перловую кашу, отварить в течение 6—8 минут рис или в течение 10—15 минут мелкую перловку. Откинуть крупу на дуршлаг, чтобы вода стекла.

Вскипятить молоко, добавить соль, сахар, отваренную крупу, варить, помешивая, до загустения. Поставить упревать.

При варке пшенной каши нужно в кипящее молоко добавить соль, сахар и промытую крупу. Варить до загустения. Поставить упревать.

При варке манной каши в кипящее молоко положить соль, сахар и при непрекращающемся помешивании всыпать тонкой струйкой крупу. Варить на маленьком огне в течение 10—12 минут.

КРУПЕНИК ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КАШИ (1 стакан крупы; 200 г творога; 100 г сметаны; 2 яйца; по 2 столовые ложки масла, сахара и молотых сухарей; $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли).

Сварить рассыпчатую гречневую кашу.

Протереть творог сквозь сито или пропустить через мясорубку.

Смешать с кашей, посолить, добавить сырые яйца, сахар. Размешать.

Смазать жиром кастрюлю или сотейник, посыпать сухарями. Выложить кашу, разровнять, смазать сметаной.

Поставить в горячую духовку на 30 минут.

БИТОЧКИ ИЗ РИСА ИЛИ ПШЕНА (2 стакана риса или пшена; 1 столовая ложка сахара; $\frac{1}{2}$ стакана молотых сухарей; 2 яйца; 2 столовые ложки масла или маргарина).

Готовую охлажденную кашу заправить сахаром, сырыми яйцами, размешать.

Разделить биточки, обвалять в сухарях и поджарить. Полить маслом или фруктовым соусом.

МАКАРОНЫ (250 г макарон; 5 стаканов воды; $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли).

Опустить макароны в кипящую подсоленную воду. Варить 20—30 минут. Откинуть на решето или дуршлаг, чтобы стекла вода. Заправить маслом.

Так же варят лапшу, вермишель, рожки и другие макаронные изделия. Варка вермишели и тонкой лапши продолжается 10—12 минут.

В кушанье из макаронных изделий кладут масло, макароны можно также посыпать тертым сыром.

ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (250 г лапши или макарон; 2 яйца; 200 г творога; 1—2 столовые ложки молотых сухарей; 1 столовая ложка масла; $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли; сахар по вкусу).

Отварить лапшу или макароны, как указано выше. Откинуть на решето или дуршлаг.

Протереть творог через сито или пропустить через мясорубку. Смешать с лапшой, заправить сырыми яйцами, солью, сахаром.

Смазать посуду маслом, посыпать сухарями, выложить лапшу, разровнять, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

Подать, посыпав сахаром или полив фруктовым соусом.

МАКАРОННИК ИЛИ ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ (250 г макарон или лапши; 250 г вареного мяса; 1 яйцо; 2 столовые ложки молотых сухарей; 1 сто-

ловая ложка масла или маргарина; 1 столовая ложка молока; $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли).

Отварить макароны или лапшу, как обычно. Откинуть на решето или дуршлаг.

Развести яйцо молоком и заправить макароны.

Пропустить через мясорубку вареное мясо, посолить, поперчить, слегка поджарить, влить 2 столовые ложки бульона, хорошо перемешать (при желании в начинку можно добавить поджаренный лук).

Смазать посуду жиром, посыпать сухарями, выложить слой макарон или лапши, на него положить начинку, прикрыть вторым слоем макаронных изделий. Разровнять, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом. Запечь в духовке.

ТВОРОЖНИКИ (500 г творога; 100 г сметаны; 1—2 яйца; $\frac{1}{2}$ стакана муки; по 2 столовые ложки сахара и масла; ванильный сахар по вкусу).

В протертый (через сито или мясорубку) творог добавить муку ($\frac{1}{4}$ стакана), сахар, соль, яйца, ванильный сахар. Тщательно перемешать.

Выложить творожную массу на доску, посыпанную мукой, оформить в виде валика, разделить его на кусочки, придать им форму битков (круглых лепешек толщиной 1,5—2 см). Обвалять в муке.

Поджарить на масле. Подать со сметаной и сахаром.

ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ (2 стакана муки; 500 г творога; 2 яйца; 2—3 столовые ложки масла; 2 столовые ложки сахара; 150 г сметаны).

Высыпать на доску муку (в виде «колодца»), влить $\frac{1}{2}$ стакана холодной воды, яйца (2 белка и 1 желток), посолить.

Замесить крутое тесто.

Протереть творог через сито или мясорубку, заправить сырым желтком, солью, сахаром, растопленным маслом (1 столовая ложка), перемешать.

Разделить тесто на нетолстые валики и разрезать их на маленькие кусочки. Каждый кусочек раскатать в виде тонкой лепешки. Положить на середину лепешки творог, соединить края и тщательно их защипать.

Опускать вареники в кипящую подсоленную воду. Варить приблизительно 5—7 минут. Готовые вареники должны всплыть на поверхность.

Вынуть вареники из воды шумовкой. Залить растопленным маслом. Подать отдельно сметану.

БЛИНЧИКИ С ТВОРОГОМ (2 стакана муки; 3 стакана молока; 2 яйца; 500 г творога; 2 столовые ложки масла; по 150 г сметаны и сахара).

Высыпать муку в посуду, влить молоко, добавить соль, 1 яйцо и перемешать тесто взбивалкой так, чтобы не было комков.

Поджарить тонкие блинчики (только с одной стороны).

Протереть творог и заправить его сахаром, солью, маслом, яйцом. Можно добавить немного ванилина (по вкусу, но не более $\frac{1}{2}$ порошка).

Выложить блинчики поджаренной стороной вверх, положить на середину заправленный творог (приблизительно 1 столовую ложку); придать блинчикам с творогом форму валика.

Разогреть сковороду и обжарить блинчики. Подать к столу, посыпав сахаром; отдельно подать сметану.

Так же можно приготовить блинчики с вареным мясом, с рисом и яйцами, с яблочным густым пюре и др.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО (1 кг муки; 2—3 яйца; 1—2 столовые ложки сахара; 1 чайная ложка соли; 30—40 г дрожжей; 2 стакана молока или воды; 3—4 столовые ложки жира: сливочного или топленого масла, маргарина, свиного топленого сала или растительного масла).

Тесто на дрожжах готовят опарным и безопарным способом.

При изготовлении сдобного теста, с большим содержанием сахара, жиров, яиц, рекомендуется ставить тесто на опаре.

Для приготовления опарного теста используют разведенные в теплой воде дрожжи, все указанное в рецептуре количество жидкости и половина муки. Тщательно размешанное жидкое тесто помещают в теплое место, посуду прикрывают чистой тканью и дают тесту подняться (увеличиться в объеме в полтора-два раза). Как только подъем теста приостановится и опара начнет опускаться, добавляют соль, остальную муку, сдобу (жиры, яйца, сахар и др.) и начинают замешивать тесто. От тщательности и продолжительности замешивания в решающей степени зависит качество готового изделия.

Хорошо проработанное тесто должно отставать от дна и стенок посуды, а густое тесто — и от рук. После окончания замеса посуду с тестом закрывают тканью и ставят в теплое место для подъема. Как только тесто поднимется, его надо осадить (обмять рукой), затем можно приступать к разделке и выпечке изделий. Для получения готовых изделий лучшего качества обминку теста проводят не менее двух раз, давая ему каждый раз хорошо подняться.

Безопарное тесто используют преимущественно для изделий с небольшим содержанием сдобы.

При изготовлении безопарного теста сразу в один прием закладывают все указанное в рецептуре количество жидкости, муки и сдобы. Дрожжи и соль разводят теплой водой, добавляют все остальные продукты. Тщательно вымешивают тесто, затем ставят его, прикрыв чистой тканью, в теплое место, дают хорошо подойти, затем обминают (опускают), опять дают подойти и опять обминают.

Как при опарном, так и при безопарном способе приготовления дрожжевого теста следует соблюдать следующие правила.

Не давать тесту переставаться (подъем теста на опаре продолжается в общей сложности не более 5 часов, без опары — 4 часа).

Соблюдать правильное (указанное в рецептуре) соотношение жидкости, муки, дрожжей и сдобы.

Ставить тесто для брожения в теплое, но не в горячее место. Использовать для разведения дрожжей теплую, но не горячую жидкость.

Перед замесом теста просеивать муку.

Вводить жиры в тесто всегда слегка растопленными (консистенции густой сметаны) и только после того, как вся остальная сдоба хорошо перемешана с тестом.

Дать оформленному изделию расстояться до выпечки, то есть выдержать его в теплом месте, где нет сквозняка.

Мелкие изделия (пирожки, булочки и т. п.) ставить в очень горячую духовку, крупные изделия, требующие более продолжительной выпечки, — в менее горячую.

За несколько минут до помещения в горячую

духовку очень осторожно смазать изделие сырым яйцом.

ПРЕСНОЕ ТЕСТО, БЕЗ ДРОЖЖЕЙ (500 г муки; 200 г сметаны; 2 столовые ложки масла или маргарина; 2 яйца; 1 столовая ложка сахара, 1/2 чайной ложки соли).

Из этого теста можно испечь пирожки, ватрушки, сладкие пироги.

Пресное тесто замешивают непосредственно перед выпечкой и используют при этом охлажденную сметану и масло.

Просеянную муку высыпать на доску в виде колодца. Влить яйца, сметану, добавить соль, сахар, масло, разделенное на маленькие кусочки.

Быстро замесить тесто, скатать в шар, прикрыть тканью и поставить в холодное место.

Через 30—40 минут разделить пирог, пирожки, ватрушки и т. п. так же, как и из дрожжевого теста, но не давать изделиям расстаиваться, а сразу же после разделки смазать яйцом и поставить в горячую духовку.

Пресное тесто готовят и без сметаны. В этом случае вместо сметаны используют 200 г масла или маргарина.

СЛОЕНОЕ ТЕСТО (500 г муки; 300 г масла; 1 неполный стакан холодной воды; 1 яйцо, 1 столовая ложка уксуса; 1/2 чайной ложки соли).

Из этого теста можно выпекать пироги, кулебяки, ватрушки, пирожки.

Просеять муку.

Разделить охлажденное масло на маленькие кусочки, а затем ножом изрубить его вместе с мукой. Сделать из муки с маслом «колодец». Влить в углубление холодную воду, уксус, яйца, положить соль.

Замесить тесто, скатать шаром, закрыть тканью, вынести на холод.

Через 1 час быстро разделить тесто, смазать изделия яйцом, поставить в духовку.

ПЕСОЧНОЕ ТЕСТО (500 г муки; 200 г сахара; 250—300 г масла или маргарина; 2 яйца; 1/2 порошка ванильного сахара; 50 г миндаля или очищенных орехов).

Хорошо смешать муку, жир, сахар, яйца; быстро замесить, чтобы тесто было без комков.

Раскатать пласт толщиной 0,5 см, смазать яйцом, посыпать сахаром, рублеными орехами или миндалем.

Нарезать квадратиками, треугольниками или в виде других фигурок.

Выложить на противень и поставить в духовку.

Из песочного теста можно приготовить и сладкий пирог. В этом случае тесто разделяют на два пласта и выпекают каждый пласт в отдельности, а затем готовые пласты смазывают кремом, вареньем, джемом и накладывают друг на друга.

БИСКВИТНОЕ ТЕСТО (100 г пшеничной муки; 100 г картофельной муки; 1 стакан сахара; 8—10 яиц; 1/2 порошка ванильного сахара).

Аккуратно отделить желтки от белков. Белки охладить, а желтки с сахаром и ванилином растереть добела.

В растертые с сахаром желтки добавить муку и хорошо размешать.

Взбить белки в крепкую пену и, осторожно перемешивая, добавить их в желтки, смешанные с мукой.

Смазать форму жиром и слегка посыпать мукой. Выложить тесто с таким расчетом, чтобы оно занимало по высоте не более $\frac{3}{4}$ формы.

Поставить в не слишком горячую духовку. Через 20—25 минут проверить готовность теста, проткнув его тонкой лучинкой.

Если лучинка остается сухой и тесто отстает от краев посуды, вынуть его из духовки. Если бисквит предназначается для торта, выложить его на решето, остудить, а затем широким острым ножом разрезать на два пласта (по горизонтали), смазать каждый пласт вареньем, кремом, джемом; украсить ягодами варенья, рублеными орехами, цукатами и наложить друг на друга.

ТЕСТО ДЛЯ ЛАПШИ (200 г муки; 1 яйцо; $\frac{1}{4}$ стакана воды; соль).

Просеять муку. Выложить на доску в виде круглого «колодца». В углубление влить яйцо, воду, положить соль.

Замесить крутое тесто, накрыть полотенцем и выдержать его 20—30 минут.

Раскатать тесто в виде большого тонкого круга. Дать ему подсохнуть, свернуть трубкой и тонко нарезать. Выложить на большое решето и дать подсохнуть.

Перед засыпкой в суп просеять от муки.

ПЕЛЬМЕНИ (на 250 г муки — 1—2 яйца; 400 г мяса (мякоти); 1—2 луковицы; соль, перец по вкусу).

Для приготовления теста высыпать муку на доску «колодцем», в углубление влить сырые яйца и около $\frac{1}{4}$ стакана воды, посолить. Замесить крутое тесто (чуть послабее, чем на лапшу); скатать тесто в шар, закрыть салфеткой, дать постоять 20 минут.

Фарш для пельменей лучше приготовить из свиной и говяжьей мякоти (в равных частях). Нарезанную кусочками мякоть пропустить через мясорубку вместе с луком, посолить, поперчить и добавить в него для сочности 2—3 столовые ложки холодной воды.

Раскатать тесто тонким пластом, вырезать из него рюмкой (или стопкой) кружочки. На каждый кружочек теста положить шарик мясного фарша и защипать края.

Пельмени можно приготовить и для первого и для второго блюда. Если готовят бульон с пельменями, их опускают на несколько секунд в кипящую воду, после чего вынимают и опускают для варки в кипящий мясной (или куриный) бульон. Это делают для того, чтобы бульон оставался прозрачным.

Если пельмени подают на второе блюдо (с маслом, сметаной, уксусом и др.), их отваривают до готовности в подсоленной кипящей воде.

Варка пельменей в том и в другом случае продолжается 10—12 минут. Считают, что готовые пельмени должны всплыть на поверхность жидкости, в которой их варят.

ТЕСТО ДЛЯ БЛИНОВ НА ОПАРЕ (1 кг муки; 1,5 л молока; 4 столовые ложки масла или маргарина; 2 яйца; 2 столовые ложки сахара; $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли; 50 г дрожжей).

Влить в посуду воду, подогретую до температуры парного молока, положить дрожжи. Тщательно размешать. Добавить 500 г муки и размешать так, чтобы не было комков. Закрывать тканью. Поставить в теплое место.

Когда опара хорошо поднимется, влить тонкой струей теплое молоко, растопленное масло, яйца; добавить 500 г муки, соль и сахар. Очень хорошо вымесить. Покрывать посуду тканью и поставить в теплое место.

Когда тесто поднимется, размешать его и дать вновь подняться, проделав это два-три раза.

Печь блины на толстых (лучше чугунных) сковородах небольшого размера. Выливать тесто на сковороду только после того, как она достаточно раскалилась. Смазывать сковороду тонким слоем жира.

БЛИНЫ БЫСТРОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ (1 кг муки; 6 стаканов простокваши; 2 яйца; 1 столовая ложка сахара; по $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли и соды; 1 стакан воды).

Влить в посуду простоквашу, яйца, добавить соль, сахар, всыпать просеянную муку и тщательно размешать взбивалкой.

Развести соду в стакане теплой воды, добавить в тесто, вновь размешать и печь блины.

ОЛАДЬИ (500 г муки; 2 стакана молока или воды; 2 яйца; 2 столовые ложки сахара; 3 столовые ложки растительного, или коровьего масла, или маргарина; 30 г дрожжей; $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли).

Приготовить опару из всего количества муки на теплой воде или молоке и дрожжах. Поставить в теплое место. Дать тесту хорошо подняться.

Добавить яйца, сахар, соль, масло, все хорошо размешать и вновь поместить в теплое место. Когда тесто хорошо поднимется, осторожно, не размешивая, выкладывать его ложкой на хорошо разогретую с жиром сковороду и жарить оладьи.

ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА.

Приготовить опарное или безопарное тесто (см. стр. 189).

Готовое тесто разделить на две части и раскатать пластами толщиной 1 см.

Смазать жиром противень. Выложить пласт теста, на нем равномерным слоем расположить начинку, прикрыть вторым пластом теста и аккуратно защипать края.

Поставить противень с пирогом в теплое место на 25—30 минут. Дать тесту подняться. Осторожно смазать взбитым яйцом. Проколоть ножом в нескольких местах верхний пласт теста.

Поставить в горячую духовку. Выпекать в течение 25—30 минут.

Горячий пирог смазать сливочным маслом.

Если пирог должен остыть, прикрыть его чистым полотенцем, выложив на доску.

ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА.

Выложить готовое тесто на посыпанную мукой доску.

Разделить на небольшие шарики. Закрывать полотенцем и дать им слегка подняться (в течение 5—10 минут).

Раскатать шарики в виде лепешек, поместить на середину каждой лепешки начинку, соединить края и аккуратно защипать.

Смазать жиром противень, уложить пирожки (защипанной стороной вниз) на расстоянии 1 см друг от друга.

Поставить на 15—20 минут в теплое место, после чего осторожно смазать яйцом.

Печь в горячей духовке в течение 10—15 минут.

ПИРОЖКИ ЖАРЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА

Тесто для жареных пирожков должно быть менее густым, чем для печеных, поэтому на 1 кг муки берет не 2, а 2½ стакана жидкости.

Подготовить и оформить пирожки, как в предыдущем рецепте, но не смазывать их яйцом.

Хорошо разогреть жир (см. стр. 137). Опускать в него пирожки и, обжарив со всех сторон, вынимать из жира шумовкой.

ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (на 300 г творога — 100 г сахара; 2 яйца; 2 столовые ложки масла; соль по вкусу).

Готовое дрожжевое тесто разделить небольшими шариками весом приблизительно по 45—50 г.

Смазать жиром противень, уложить на него шарики, соблюдая между ними расстояние 3—4 см, поставить в теплое место на 25—30 минут.

Концом толстой скалки или дном бутылки надавить на шарик так, чтобы в середине его образовалось углубление, которое заполнить творогом, джемом или повидлом.

Творог для ватрушек должен быть достаточно сухим, поэтому влажный творог за 2—3 часа до употребления кладут под тяжесть. После этого его следует пропустить через мясорубку, заправить яйцами, сахаром, солью, маслом и тщательно размешать.

БУЛОЧКИ СДОБНЫЕ (1 кг муки; 1½ стакана молока; 5 желтков; 300 г сахара; 300 г масла или маргарина; 40—50 г дрожжей; ½ чайной ложки соли; 1 столовая ложка сметаны).

Приготовить опарное тесто на теплом молоке, дрожжах и 500 г муки; дать ему хорошо подойти в теплом месте.

Растереть желтки с сахаром добела, добавить их вместе с солью в опару, хорошо размешать, после чего положить остальную муку, масло или маргарин. Тщательно вымесить тесто, чтобы оно отставало от дна и стенок посуды.

Закрыть посуду тканью и поставить в теплое место, чтобы тесто поднялось.

Выложить на посыпанную мукой доску. Разделить на одинаковые по размерам шарики, оформить их в виде продолговатых булочек.

Смазать противень жиром, уложить булочки, со-

блюдая между ними расстояние не менее 2 см. Поставить на 20—30 минут в теплое место.

Перед тем как ставить в духовку, растереть муку (1 столовая ложка) со сметаной (1 столовая ложка) и маслом (1 столовая ложка), добавить в эту смесь немного соли (по вкусу) и смазать ею каждую булочку. Выпекать в течение 15 минут.

ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ (500 г муки; 3 яйца; 250 г масла или маргарина; 200—250 г сахара; ½ чайной ложки соды; ¼ чайной ложки соли; ½ порошка ванильного сахара).

Замесить крутое тесто из муки, яиц, растертых добела с сахаром, масла или маргарина; добавить соду, соль и ванильный сахар.

Пропустить тесто через мясорубку и выложить его небольшими порциями на смазанный жиром противень.

ХВОРОСТ (500 г муки; 3 желтка; по 1 столовой ложке сметаны и сахара; ½ стакана молока; 2 столовые ложки водки или коньяка; ¼ чайной ложки соли).

Замесить крутое тесто из муки, желтков, молока, водки, сметаны, соли и сахара.

Раскатать тонким пластом, как на лапшу. Нарезать тесто узкими полосками, переплести каждую полоску.

Разогреть свиное сало вместе с топленным маслом (полстакана каждого) и опускать хворост в горячий жир.

Вынимать готовый хворост из жира шумовкой или вилкой. Выложить на бумагу, которая впитает излишек жира, посыпать сахарной пудрой, смешанной с ванилином.

КЕКС (2 стакана муки; 150—200 г масла или маргарина; 200 г сахара; 5 яиц; 100 г изюма; ½ порошка ванильного сахара).

Хорошо растереть жир с сахаром, постепенно добавляя сырые яичные желтки. Положить в эту массу муку, промытый и обсушенный изюм, ванильный сахар.

Взбить в густую пену белки и добавить в тесто, осторожно помешивая.

Смазать маслом форму для кекса, посыпать сухарями и выложить в нее тесто.

Выпекать в течение 40—50 минут.

НАЧИНКА И КРЕМЫ ДЛЯ ИЗДЕЛИЙ ИЗ ТЕСТА

НАЧИНКА ИЗ МЯСА (на 1 кг муки — 800 г мяса; 2 столовые ложки масла или маргарина; 2 яйца; 1—2 луковицы; 1—2 столовые ложки бульона).

Пропустить через мясорубку вареное мясо.

Мелко нарезать лук и слегка поджарить. В конце жарения положить на эту же сковородку провернутое мясо и жарить его несколько минут.

Снять с огня, посолить, поперчить, влить 1—2 столовые ложки бульона, добавить рубленые крутые яйца, мелко нарезанную зелень петрушки или укропа, все перемешать и охладить.

Начинку можно приготовить и из сырого мяса. В этом случае мясо очищают от пленок и сухожилий, нарезают кусочками, пропускают через мясорубку, поджаривают на сковороде, а затем вновь пропускают через мясорубку, дальше поступают, как с начинкой из вареного мяса.

Мясную начинку для пирогов и пирожков готовят и из отварного ливера (печенки, сердца, легких).

НАЧИНКА ИЗ РЫБЫ (на 1 кг муки — 600 г рыбного филе, или 800 г рыбы; 2 столовые ложки топленного или растительного масла; 2 луковицы; перец и соль — по вкусу).

Рыбное филе или мякоть, снятую с рыбы, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и припустить, то есть отварить в небольшом количестве бульона или воды, заправить маслом.

Поджарить мелко нарезанный лук. Смешать с рыбой, добавить измельченную зелень укропа. Охладить. В этот фарш можно также добавить охлажденный рассыпчатый рис.

НАЧИНКА ИЗ КАПУСТЫ (на 1 кг муки — 2 кг свежей или 1½ кг квашеной капусты; 3 яйца; 3—4 столовые ложки масла или маргарина; 1 столовая ложка сахара).

Мелко нарезанную свежую капусту обдать кипятком, откинуть на решето, отжать от воды и слегка поджарить.

Заправить маслом, солью, сахаром, крутыми рублеными яйцами.

Начинку можно приготовить и из квашеной капусты.

В этом случае капусту нужно дополнительно измельчить, обдать холодной водой, хорошо отжать, положить в кастрюлю, добавить жир, соль, перец и тушить до готовности.

НАЧИНКА ИЗ ЗЕЛЕННОГО ЛУКА С ЯЙЦАМИ (на 1 кг муки — 800 г зеленого лука; 3—4 яйца; 3—4 столовые ложки масла или маргарина).

Мелко нарезать зеленый лук. Выложить на разогретую с жиром сковороду и поджарить в течение 3 минут.

Заправить крутыми рублеными яйцами, солью. Охладить.

НАЧИНКА ИЗ МОРКОВИ (на 1 кг муки — 1 кг моркови; 3 яйца; 2—3 столовые ложки масла; соль, сахар — по вкусу).

В измельченную морковь добавить воды (1/2 стакана), масло и тушить до готовности.

Заправить солью, сахаром, крутыми рублеными яйцами, перемешать и охладить.

НАЧИНКА ИЗ ЯБЛОК (на 1 кг муки — 1 кг яблок; 4 стакана сахара)

Очищенные от кожицы и семян яблоки нарезать ломтиками, посыпать сахаром. Дать им постоять в течение 30 минут, слить жидкость.

Начинку можно приготовить и из вареных яблок. В этом случае нарезанные яблоки посыпают сахаром, добавляют 2—3 столовые ложки воды и варят до мягкости.

НАЧИНКА ИЗ АБРИКОСОВ (на 1 кг абрикосов — 800 г сахара).

Сложить в посуду промытые абрикосы без косточек

и влить 1 стакан воды. Варить под закрытой крышкой до тех пор, пока ягоды не станут мягкими. Протереть сквозь сито. Добавить сахар и варить на маленьком огне до загустения.

КРЕМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, СГУЩЕННЫМ КОФЕ ИЛИ СГУЩЕННЫМ КАКАО (275 г масла; 1 банка консервов (410 г); ванильный сахар).

Хорошо взбить венчиком размягченное сливочное масло

добавить сгущенное молоко, кофе или какао, продолжать взбивание до получения однородной массы.

В крем из сгущенного молока добавить ванильный сахар, можно также 2—3 столовые ложки ликера или 2 столовые ложки коньяка.

КРЕМ СЛИВОЧНЫЙ (200 г сливочного масла; 1/2 стакана молока; 1 стакан сахара; 1 яйцо; ванильный сахар).

Растереть сахар с яйцом, добавить, помешивая, кипяченое горячее молоко, ванильный сахар, поставить на маленький огонь и, не прекращая помешивания, довести до загустения, но не кипятить. Охладить.

Взбить масло, добавив в него охлажденную смесь, и продолжить взбивание до получения однородной массы, без комков.

КРЕМ ЗАВАРНОЙ (1/2 л молока; 6 желтков; 1 стакан сахара; 2 столовые ложки муки; ванильный сахар).

Тщательно растереть желтки с сахаром и мукой. Разбавить горячим молоком, перемешать, поставить на маленький огонь и, помешивая, довести до кипения (но не кипятить).

Снять с огня и добавить ванильный сахар по вкусу.

ХЛЕБ

ГЫПЕЧКА РЖАНОГО ХЛЕБА

Основные продукты для изготовления ржаного хлеба — ржаная мука, вода, соль. Для разрыхления и подъема теста используют закваску. Чтобы улучшить вкус, в некоторые разновидности ржаного хлеба добавляют сахар.

Качество готового хлеба во многом зависит от хлебопекарных свойств муки. Хлеб из хорошей, сухой муки вкуснее и легче, а кроме того, эта мука дает большой припек (из 1 кг такой муки получается 1,5 кг хлеба).

Правильное соотношение воды и муки также имеет большое значение. При выпечке слишком густого (крутого) теста хлеб имеет очень плотный мякиш, на поверхности караваев образуются глубокие трещины, и хлеб быстро черствеет. Хлеб, приготовленный из слабого (жидкого) теста, имеет влажный и липкий мякиш.

Решающим для качества хлеба является правильный процесс брожения теста. Чтобы обеспечить наилучшие условия для разрыхления и подъема теста, следует применять доброкачественную закваску. Закваской называют кусок (400—500 г) сырого теста, оставшийся от предыдущей выпечки хлеба. Составной частью этого теста являются дрожжи и молочнокислые бактерии, жизнедеятельность которых вызывает брожение и подъем теста. Для обеспечения

доброкачественности закваски нужно хранить ее в соответствующих условиях: после выпечки хлеба квашню моют, споласкивают, на дно ее кладут кусок сырого теста, обравнивают его и присыпают мукой, затем квашню закрывают крышкой или тканью и выносят в прохладное место.

Если закваска испортилась (имеет неприятный запах, что бывает при слишком больших промежутках между выпечками хлеба или при хранении квашни в недостаточно прохладных помещениях), следует за 1—2 суток до выпечки хлеба приготовить новую закваску. Для этого 25 г дрожжей растворяют в 1,5 л теплой воды, всыпают 500 г муки, замешивают тесто и ставят его в теплое место.

Для жизнедеятельности дрожжей и молочнокислых бактерий очень важна соответствующая температура. Наилучшей считают 30° (это температура только что надоевшего парного молока). Чтобы тесто при замесе имело такую температуру, нужно использовать не только теплую воду, но и нехолодную муку. Если муку приносят из холодного помещения непосредственно перед приготовлением теста, воду приходится подогревать сильнее, а горячая вода может заварить муку, что при изготовлении обычно ржаного хлеба нежелательно. Поэтому муку нужно перед замесом теста хранить несколько часов в теплом помещении.

Чтобы закваска равномерно распределилась и те-

сто лучше бродило, рекомендуется закваску тщательно размешать с теплой водой, затем влить всю оставшуюся воду и добавлять муку, то есть добавлять муку в жидкость, а не наоборот. Лучше при необходимости добавлять еще муки, чем разбавлять крутое тесто водой.

Готовность теста для выпечки определяют по наличию пузырей, увеличению объема (в 2—2½ раза), форме поверхности (хорошо перебродившее тесто имеет выпуклую поверхность) и по упругости (если после нажатия пальцем ямка быстро выравнивается — тесто еще не готово; если ямка выравнивается медленно — готово, если ямка остается — тесто перебродило).

Обычно после наивысшего подъема тесто начинает опадать. Этот момент считают наилучшим для разделки хлеба, придания ему нужной формы и выпечки. Если ржаной хлеб пекут в формах, то после укладки теста в форму рекомендуется поставить его в теплое место для дополнительного подъема — расстойки, которая способствует лучшему выравниванию теста, в результате чего хлеб получается особенно пористым.

Без расстойки выпекают подовый хлеб. Ему придают форму круглых или овальных караваев. В сельской местности чаще всего пекут подовый хлеб. Куски теста кладут на лопату посыпанную отрубями или покрытую капустными листьями, тесто выравнивают, слегка смачивая поверхность караваев водой, и переносят на под печи.

Перед посадкой хлеба под печи подметают и проверяют, достаточен ли нагрев. Для этого бросают на под щепотку муки: если мука вспыхивает — печь слишком горяча и под нужно смочить холодной водой, а если мука только обугливается — можно сажать хлеб.

Выпечка ржаного хлеба продолжается 2—2½ часа. Готовность определяют, протыкая каравай тонкой щепкой: если она остается сухой, без следов теста — хлеб готов. Готовый хлеб вынимают из печи, слегка смачивают верхнюю корку водой, кладут на доску, прикрывают чистой тканью. Только после того как хлеб совершенно остынет, его можно поместить для хранения в прохладное место.

ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ (на 16 кг муки — 8 л воды; 160 г соли).

Растворить закваску в теплой воде, перемешать. Влить в квашню теплую воду, добавить разведенную закваску, всыпать одну треть муки, предназначенной для приготовления теста, быстро, но тщательно перемешать, разровнять поверхность, присыпать мукой, хорошо прикрыть квашню и поставить в теплое (желательно не слишком сухое) место.

Через 12—14 часов в тесто добавить соль и всю остальную муку, а затем долго и очень тщательно вымесить и снова поставить в теплое место. Как только тесто начнет подниматься, затопить печь.

Определив готовность теста, приступить к разделке: укладке в формы или разделке караваев.

Обыкновенный ржаной хлеб можно выпекать и с добавлением картофеля (на 8 кг муки — 3 л воды, 2 кг картофеля, 80 г соли). В этом случае вареный, очищенный от кожицы, пропущенный через мясорубку или толченый картофель закладывают одновременно с ⅓ муки, а в дальнейшем поступают, как указано выше.

ХЛЕБ РЖАНОЙ ЗАВАРНОЙ (на 16 кг муки — 7 л воды; 160 г соли; тмин — по вкусу).

Вынуть из квашни закваску, переложить ее в другую посуду, развести теплой водой.

Всыпать в квашню муку (⅓ часть предназначенной для выпечки) и, залив ее кипятком, тщательно размешать. Прикрыть квашню чистой тканью и поставить в теплое место.

Через 2—3 часа добавить разведенную закваску, выбить тесто, разровнять, присыпать мукой и поставить в теплое место.

Через 16—18 часов добавить соль, остальную муку (можно соль растереть с тмином), очень хорошо вымесить тесто. Поставить в теплое место. В дальнейшем поступать, как указано в предыдущем рецепте, но затопливать печь только тогда, когда тесто хорошо подойдет.

ВЫПЕЧКА ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА

Пшеничный хлеб пекут так же, как и большинство изделий из дрожжевого пшеничного теста.

ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ (на 2 кг муки — 40 г дрожжей; 4,5 — 5 стаканов воды; 2 столовые ложки соли; 2 чайные ложки сахара).

Влить в посуду 1½ стакана теплой воды (температура парного молока). Добавить дрожжи и сахар. Тщательно размешать до полного растворения дрожжей. Всыпать 1 стакан муки и размешать деревянной ложкой так, чтобы не было комков. Поставить в теплое место.

Через 25—30 минут добавить остальную муку, воду и соль, замесить тесто так, чтобы оно отставало от стенок и дна посуды. Поставить его в теплое место.

Тесто обычно бывает готово через 2½—3½ часа. В процессе брожения его нужно один-два раза обмять (опустить).

Готовое тесто выкладывают на лопату, посыпают мукой или отрубями. Придают ему форму круглого или овального караваев, сглаживают поверхность, слегка смазывая ее водой. Ставят в печь. Пшеничный хлеб можно выпекать и в формах.

Готовность хлеба, так же как и всех изделий из дрожжевого теста, определяют, протыкая каравай заостренной деревянной лучинкой.

СЛАДКИЕ БЛЮДА

КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, ЧЕРНОЙ ИЛИ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ, ЧЕРНИКИ (1½ стакана ягод; 1¼ стакана сахара; 2½ столовые ложки картофельной муки; 3½ стакана воды).

Перебрать и промыть в холодной кипяченой воде ягоды.

Залить кипятком (1½ стакана) и размять в фарфоровой или эмалированной посуде деревянной лож-

кой или пестиком, добавить немного кипяченой воды и процедить через сито или через марлю.

Вязимки залить водой и проварить в течение 5—7 минут. Процедить, поставить отвар на огонь, добавить сахар, довести до кипения и влить в него, не прекращая помешивания, картофельную муку, разведенную холодной водой. Прокипятить, сняв с огня, влить ранее отжатый ягодный сок, переме-

шать, разлить в стаканы или вазочки, а чтобы не образовалась пленка, слегка посыпать сахарным песком, после чего охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ, ЗЕМЛЯНИКИ, МАЛИНЫ (2 стакана ягод; 1¼ стакана сахара; 2 столовые ложки картофельной муки; 2 стакана воды).

Очистить ягоды от стебельков, промыть кипяченой холодной водой и протереть оквозь сито.

Вскипятить воду с сахаром, влить тонкой струйкой картофельную муку, разведенную холодной водой, снять с огня, добавить подготовленное ягодное пюре, тщательно размешать, разлить в стаканы или вазочки, посыпать сахарным песком и охладить.

К киселю можно подать холодное молоко или сливки.

КИСЕЛЬ ИЗ МОЛОКА (4 стакана молока; 100 г сахара; 1 порошок ванильного сахара).

Вскипятить молоко (3 стакана) с сахаром и ванильным сахаром.

Развести мансовый (кукурузный) крахмал или картофельную муку холодным молоком (1 стакан) и влить, непрерывно помешивая, в кипящее молоко. Разлить в чашки и охладить.

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК ИЛИ ГРУШ (500 г фруктов; 150 г сахара; 2—2½ стакана воды). Нарезать дольками очищенные от кожицы и семян яблоки или груши.

Вскипятить воду с сахаром, опустить в нее фрукты и варить 10—15 минут. Охладить. Очищенные яблоки до варки держать в холодной воде с лимонной кислотой для того, чтобы они не потемнели.

Некоторые сорта яблок (антоновские и др.), а также спелые груши сильно развариваются. Поэтому их кладут в кипящий сироп, тотчас же снимают с огня и оставляют до охлаждения в закрытой посуде.

КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (200 г сушеных фруктов; 100—150 г сахара; 4 стакана воды; лимонная кислота или сок лимона по вкусу).

Промыть фрукты теплой водой.

Отделить яблоки и груши, залить холодной водой и поставить варить.

Через 30 минут добавить остальные сушеные ягоды и фрукты, сахар, дать вскипеть и в конце варки ввести лимонную кислоту или лимонный сок. Охладить.

ЖЕЛЕ ИЗ ЛИМОНА (1 лимон; 25 г желатина; 3 стакана воды; 150—200 г сахара).

Замочить желатин в холодной кипяченой воде.

Срезать с половины лимона цедру (только окрашенную кожицу, без белой) и нарезать ее тонкой соломкой.

Вскипятить воду с сахаром и лимонной цедрой, добавить замоченный желатин и размешать (до полного растворения желатина).

Снять с огня, процедить, влить сок, отжатый из лимона, аккуратно перемешать, разлить в вазочки или специальные формочки и охладить. При подаче формочку с желе опустить на мгновение в горячую воду, потом формочку слегка встряхнуть и выложить желе на тарелку.

ЖЕЛЕ ИЗ ВАРЕНЬЯ (200 г варенья; 100 г сахара; 25 г желатина; 2—3 стакана воды).

Замочить желатин в холодной кипяченой воде.

Разбавить варенье горячей водой, слить в кастрюлю (без ягод), положить сахар и разбухший желатин, помешивая, прокипятить и охладить до полужидкого состояния.

Выложить на дно чашек ягоды; залить полузастившим желе. Охладить.

МУСС КЛЮКВЕННЫЙ (1 стакан клюквы; 250 г сахара; 3—4 столовые ложки манной крупы; 3 стакана воды).

Размятую клюкву процедить. Из выжимок с сахаром приготовить отвар (как указано в рецепте приготовления клюквенного киселя, но без картофельной муки).

В кипящий отвар всыпать манную крупу (тонкой струйкой, не прекращая помешивания). Проварить при помешивании 20—25 минут.

Снять с огня, добавить ранее отжатый клюквенный сок и взбивать на холоде венчиком до образования густой пенообразной массы. Разлить в чашки, охладить.

Не следует взбивать мусс в алюминиевой посуде, так как цвет мусса будет некрасивым.

КРЕМ ИЗ СМЕТАНЫ (200 г свежей сметаны; ½ стакана сахарной пудры; ванилин).

Хорошо охладить сметану. Взбить венчиком или взбивалкой, добавляя небольшими порциями сахарную пудру, смешанную с ванилином, выложить в чашки или вазочки, охладить. В этот крем можно добавить пюре из ягод (земляники, малины, клубники).

ГРЕНКИ С ФРУКТАМИ (250 г белого хлеба; 2 яйца; 50 г сахара; 1 стакан молока; 2 столовые ложки масла; ½ банки фруктовых консервов; на соус — 125 г сиропа из консервов; 50 г сахара; 50 г кураги).

Нарезать аккуратными ломтиками батон белого хлеба.

Растереть яйца с сахаром и разбавить молоком. Смочить в этой смеси ломтики хлеба и поджарить их на масле.

Выложить готовые гренки на блюдо, на каждый из них положить несколько ягод. Полить горячим фруктовым сладким соусом.

ПУДИНГ СУХАРНЫЙ (200 г ванильных сухарей; 2½ стакана молока; 2—3 яйца; 100 г сахара; 3—4 столовые ложки масла; 100 г изюма).

Ванильные сухари залить горячим молоком. Дать им набухнуть. Изюм перебрать и промыть в теплой воде. Растереть желтки с сахаром, смешать с сухарями, добавить изюм. Взбить белки и осторожно перемешать их с сухарной массой.

Смазать посуду жиром, посыпать сухарями, выложить подготовленную сухарную массу, обровнять и запечь в духовке. Можно пудинг сварить на пару, но тогда форму надо посыпать не сухарями, а сахарным песком.

АПЕЛЬСИНЫ ИЛИ МАНДАРИНЫ С ВИНOM (3 апельсина или 6 мандаринов; 100 г сахарной пудры; 6 столовых ложек десертного вина).

Очистить апельсины или мандарины от кожицы. Нарезать кружками и удалить зерна.

Положить в вазочки или чашки, посыпать сахарной пудрой, залить вином. Охладить.

СОУСЫ

Повара считают приготовление соуса одной из наиболее сложных работ, требующих умения, опыта, — такой работой, от исполнения которой в значительной мере зависит достоинство готового изделия.

Хорошо приготовленный соус может значительно улучшить вкус и аромат блюда, придать ему необходимую остроту или смягчить и даже вовсе устранить нежелательные привкусы.

СОУСЫ К МЯСНЫМ БЛЮДАМ

КРАСНЫЙ СОУС К ЖАРЕНОМУ МЯСУ, КОТЛЕТАМ, БИТОЧКАМ И ДР. (2 стакана мясного бульона; 1 столовая ложка томата-пюре; 1½ столовой ложки масла; 1 столовая ложка муки; морковь, петрушка, луковица — по ½ шт.).

Разогреть масло и поджарить муку, пока она не станет светло-коричневой.

Коренья и лук очистить, промыть, измельчить, слегка поджарить, перед окончанием жарения добавить в них томат-пюре.

Поджаренную муку слегка охладить и, помешивая, развести горячим мясным бульоном. В соус добавить поджаренные коренья с томатом и лавровый лист. Все вместе хорошо размешать и проварить при слабом кипении в течение 25—30 минут. После этого заправить солью и процедить.

Для придания соусу лучшего вкуса в него можно добавить 1—2 столовые ложки портвейна или мадеры.

ТОМАТНЫЙ СОУС К ЖАРеным МЯСНЫМ БЛЮДАМ (1 стакан мясного сока или бульона; 100—125 г томата-пюре; ½ столовой ложки муки; 1½ столовые ложки сливочного масла; морковь, петрушка, луковица — по 1 шт.).

Поджарить измельченные коренья и лук. Незадолго до окончания жарения посыпать их мукой и положить томат-пюре. Развести мясным бульоном или соком, перемешать, добавить лавровый лист и перец горошком, проварить в течение 25—30 минут на маленьком огне.

Снять с огня, посолить, процедить, заправить кусочком сливочного масла.

Для большей остроты можно добавить 1—2 столовые ложки имеющегося в продаже готового томатного соуса.

СОУС «МЯСНОЙ СОК».

При жарении говядины, телятины, свинины, баранины, птицы в посуду, в которой они жарятся, из мяса вытекает сок. Этот сок богат экстрактивными веществами и обладает приятным вкусом и ароматом. Поэтому во время жарения мяса необходимо следить, чтобы сок не пригорел. Если он начинает пригорать, на сковороду подливают немного горячей воды или мясного бульона. После того как мясо поджарилось, со сковороды сливают жир, а на сковороду с оставшимися на ней экстрактивными веществами мяса наливают немного горячей воды или мясного бульона, дают вскипеть и процеживают. «Мясным соком» можно полить жаркое, при изготовлении которого сок был получен. Его используют также для приготовления красного соуса.

БЕЛЫЙ СОУС К ОТВАРНЫМ МЯСНЫМ БЛЮДАМ (1 стакан мясного бульона; 2 столовые ложки

сливочного масла; 1 сырой желток; 1 столовая ложка муки).

Слегка поджарить муку на масле, развести, помешивая, горячим бульоном и проварить в течение 25—30 минут. Растереть сырой желток и развести холодным бульоном (1—2 столовые ложки). Снять соус с огня и, помешивая, влить в него разведенный бульоном желток. Посолить, заправить сливочным маслом. Для остроты можно добавить лимонный сок или лимонную кислоту.

СМЕТАННЫЙ СОУС ДЛЯ КОТЛЕТ, БИТОЧКОВ, ЖАРеной ПЕЧЕНКИ (1 стакан бульона; 100—125 г сметаны; по 1 столовой ложке муки и масла).

Слегка поджарить муку на масле. Развести бульоном и хорошо перемешать, чтобы не было комков. Добавить сметану. Проварить на слабом огне в течение 15 минут. Снять с огня, посолить, заправить сливочным маслом. При желании сделать соус более острым в него перед окончанием варки добавляют измельченную и поджаренную луковицу и 1 столовую ложку готового соуса «Южный».

СОУСЫ К РЫБНЫМ БЛЮДАМ

БЕЛЫЙ СОУС К ОТВАРНОЙ РЫБЕ (2 стакана рыбного бульона; 1½—2 столовые ложки масла; 1—2 столовые ложки муки; ½ столовой ложки лимонного сока; лук репчатый, петрушка — по ½ шт.).

Слегка поджарить муку на масле, охладить.

Развести рыбным бульоном, тщательно размешать так, чтобы не было комков, добавить нарезанные и слегка обжаренные петрушку и лук.

Поставить на огонь, проварить при слабом кипении в течение 25—30 минут. Снять с огня, процедить, посолить, заправить лимонным соком, разведенной лимонной кислотой или процеженным огуречным рассолом (соль в соус с рассолом вводят после добавления рассола) и сливочным маслом. Размешать.

ТОМАТНЫЙ СОУС К ОТВАРНОЙ РЫБЕ (2 стакана рыбного бульона; 3 столовые ложки томата-пюре; 2 столовые ложки масла; 1 столовая ложка муки; морковь, петрушка, луковица — по ½ шт.).

Измельченные коренья и лук поджарить на масле. Незадолго до окончания жарения посыпать мукой и добавить томат-пюре. При помешивании влить горячий бульон, тщательно перемешать и кипятить на легком огне в течение 20—25 минут.

Снять с огня, посолить, процедить и заправить кусочком сливочного масла. Коренья можно протереть через сито или дуршлаг и ввести их в соус.

ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЙ СОУС К ОТВАРНОЙ РЫБЕ (3 столовые ложки масла; 2 яйца; 1 столовая ложка лимонного сока).

Мелко изрубить сваренные вкрутую яйца, прогреть их в растопленном сливочном масле.

Добавить соль, лимонный сок, измельченную, зеленую петрушку, перемешать.

Этот соус можно готовить и без лимонного сока.

СОУСЫ К ОВОЩНЫМ БЛЮДАМ

СМЕТАННЫЙ СОУС К ОВОЩНЫМ КОТЛЕТАМ И ЗАПЕКАНКАМ (200 г сметаны; ½ стакана

овощного отвара; по 1 столовой ложке муки и масла).

Слегка поджарить муку на масле, немного охладить. Развести при помешивании овощным горячим отваром и сметаной, следя за тем, чтобы не получилось комков.

Проварить на маленьком огне в течение 5—6 минут. Добавить соль, сливочное масло и размешать.

МОЛОЧНЫЙ СОУС К ОВОЩНЫМ КОТЛЕТАМ, ЗАПЕКАНКАМ И ДР.

Слегка поджаренную на масле муку немного охладить, развести при помешивании горячим молоком, посолить, тщательно размешать. Поставить на маленький огонь и, не прекращая помешивания, проварить в течение 10 минут.

ГРИБНОЙ СОУС К КАРТОФЕЛЬНЫМ КОТЛЕТАМ, ЗРАЗАМ ИЛИ ЗАПЕКАНКАМ (2 стакана грибного бульона; 2 столовые ложки масла; 1 столовая ложка муки; 1 луковица).

Поджарить муку на масле, пока она не станет светло-коричневой. Развести ее при помешивании грибным бульоном. Проварить в течение 20 минут.

Поджарить мелко нарезанный лук. Незадолго до окончания жарения добавить в него измельченные вареные грибы. На грибной бульон для соуса использовать сушеные белые грибы или свежие шампиньоны.

Соединить соус с луком и грибами, посолить, добавить лавровый лист, перец и вскипятить.

СУХАРНЫЙ СОУС К ОТВАРНОЙ ЦВЕТНОЙ ИЛИ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЕ, ЗЕЛЕННОЙ ФАСОЛИ И ДР. (3 столовые ложки молотых сухарей, 3—4 столовые ложки масла).

Разогреть сливочное масло, всыпать в него поджаренные до румяного цвета молотые сухари, а также мелкую соль, влить лимонный сок или лимонную кислоту (по вкусу).

СОУСЫ К СЛАДКИМ БЛЮДАМ

ВАНИЛЬНЫЙ СОУС К СЛАДКИМ ПУДИНГАМ, ЗАПЕКАНКАМ, КРУПЯНЫМ КОТЛЕТАМ (1 стакан молока; 2 желтка; 100 г сахара; 1 чайная ложка муки; ванилин или ваниль по вкусу).

Тщательно растереть сырые желтки с сахаром и мукой. Развести эту смесь при помешивании горячим молоком. Поставить на маленький огонь и, не прекращая помешивания, довести до кипения, но не кипятить.

Как только соус загустеет, снять его с огня, добавить ванилин, размешать.

ЯГОДНЫЙ СОУС К СЛАДКИМ ЗАПЕКАНКАМ, ПУДИНГАМ, КРУПЯНЫМ КОТЛЕТАМ И ДР.

(1 стакан ягод — клубники или земляники, малины, смородины; 1 стакан сахара; 1/4 стакана воды).

Перебрать и промыть ягоды. Протереть через сито.

Сахар залить водой, вскипятить. Снять с огня, добавить ягодное пюре, хорошо размешать, и прогреть. Можно кипящую воду с сахаром заварить картофельной мукой (1 столовая ложка), разведенной в холодной кипяченой воде, довести до кипения, но не кипятить, добавить ягодное пюре и размешать.

НАПИТКИ

ЧАЙ (на 6 стаканов воды — 1 чайная ложка сухого чая).

До заварки сполоснуть чайник крутым кипятком и положить в него сухой чай. Залить кипятком до 1/2 объема чайника. Закрывать полотенцем, салфеткой или специальной грелкой, дать настояться в течение 5 минут. Долить кипятком.

КОФЕ ЧЕРНЫЙ (на 1 чашку воды — 1—1 1/2 чайные ложки кофе).

Высыпать кофе в кофейник. Залить крутым кипятком, поставить на огонь, довести до кипения, но не кипятить.

КАКАО (на 1 стакан молока — 1 чайная ложка какао и 2 чайные ложки сахара).

Тщательно растереть в чашке какао с сахаром,

добавить небольшое количество горячего молока, тщательно размешать и влить его, помешивая, в кипяченое молоко, довести до кипения.

КОФЕ С МОРОЖЕНЫМ (на 1 порцию — 1 1/2 чайной ложки кофе, 1 1/2 чайной ложки сахара; 50 г мороженого).

Сварить черный кофе, как указано выше. Процедить, добавить сахар, размешать и поставить на холод.

Положить в стакан или бокал мороженое, залить холодным кофе.

МОЛОКО С ВАРЕНЬЕМ (на 1 стакан молока — 1 столовая ложка варенья или джема).

Положить в холодное молоко варенье или джем, размешать и подать на стол.

НАЦИОНАЛЬНЫЕ БЛЮДА

РУССКИЕ БЛЮДА

Широко известны закуски русской кухни, особенно рыбные, — черная зернистая и паюсная икра, балык, осетрина, севрюга горячего копчения и др.

Все знают такие изделия русской кулинарии, как пироги, расстегаи, кулебяки, всевозможные пирожки, жаренные во фритюре, блины, пельмени.

Славятся русские суточные щи, мясные и рыбные солянки, стерляжья уха, рассольники с птичьими потрохами, окрошки, приготовленные на хлебном квасе.

Хороши русские соленые, квашеные, маринованные овощи, фруктово-ягодные маринады и особенно маринованные и соленые грибы.

Нужно отметить также превосходные вторые блюда русской кухни — кушанья из молочной телятины, поросят; окорок, запеченный в ржаном тесте; поросенок заливной с хреном и др. На стр. 176—196 нашей книги приведены рецепты блюд

преимущественно русской кухни, которые в большинстве случаев стали общепринятыми по всей стране. Ниже приводятся рецепты некоторых национальных блюд (изложенные по книге «Кулинария») применительно к условиям домашней кухни.

УКРАИНСКИЕ БЛЮДА

БОРЩ УКРАИНСКИЙ (250 г мяса; 300 г свеклы; 350 г свежей капусты; 400 г картофеля, морковь, петрушка, луковица — по 1 шт., 80 г томат-пюре или 200 г свежих помидоров; 1 столовая ложка муки; 20 г шпика; $\frac{1}{2}$ столовой ложки свиного топленого сала; 40—50 г перца сладкого, $\frac{1}{4}$ стакана сметаны; уксус, сахар, специи, чеснок — по вкусу).

Поставить варить мясной бульон

Нарезать соломкой свеклу, положить в кастрюлю, добавить уксус, соль, сахар, топленое сало, томат-пюре или свежие помидоры. Закрывать крышкой, тушить на маленьком огне.

Коренья, лук, сладкий перец нарезать соломкой и слегка поджарить.

Нарезать капусту и картофель и положить в кипящий бульон.

Через 15 минут добавить тушеную свеклу, обжаренные коренья, слегка поджаренную муку и специи. Проварить. Растолочь со шпиком чеснок, зелень петрушки и укропа. Добавить эту смесь в борщ, снять с огня и дать настояться в течение 10 минут.

Разлить борщ в тарелки, положить сметану и посыпать зеленью.

БАРАНИНА С ЧЕРНОСЛИВОМ (450—500 г баранины; 40 г бараньего топленого сала; 300 г чернослива; крупная луковица; $\frac{1}{2}$ столовой ложки томат-пюре; 1 неполная столовая ложка муки; сахар, уксус, корица, гвоздика — по вкусу).

Нарезать баранину мелкими кусочками, посолить. Поджарить на сковороде.

Измельчить луковицу и слегка поджарить.

Положить баранину в кастрюлю, добавить жареный лук, томат-пюре и несколько ложек мясного

бульона. Закрывать посуду крышкой, поставить на маленький огонь.

Через 30 минут положить промытый чернослив, слегка подсушенную муку, специи (толченую гвоздику и корицу), сахар, уксус. Протушить до готовности.

ВАРЕНИКИ С ВИШНЯМИ (2 стакана муки; 2 яйца; $\frac{1}{2}$ стакана воды; 700 г вишен; 250 г сахара, 150 г сметаны).

Очищенные от косточек вишни засыпать сахаром. Через 30 минут слить сок.

Замесить крутое тесто и сформировать его маленькими тонкими лепешками. На середину каждой лепешки положить несколько вишен. Тщательно зашпатель края лепешек, придав им форму пельменей.

Вскипятить подсоленную воду. Опускать вареники в бурно кипящую жидкость.

Готовые вареники вынуть шумовкой, положить на блюдо, полить сметаной и вишневым соком.

ЮШКА (СУП) С ГАЛУШКАМИ (400 г картофеля, 1 крупная луковица; 200 г муки; 1 яйцо).

Сварить мясной бульон.

Вскипятить $\frac{1}{2}$ стакана подсоленной воды, всыпать тонкой струйкой муку ($\frac{1}{3}$ всего количества), все время размешивая. Снять с огня, слегка остудить, добавить сырое яйцо и всю остальную муку, тщательно размешать, чтобы не было комков.

Вскипятить бульон, положить в него мелко нарезанный и слегка поджаренный лук, нарезанный кубиками картофель, лавровый лист и перец. Проварить почти до готовности.

Набирать чайной ложкой тесто и опускать в кипящий суп. Варить 7—10 минут.

Подать, посыпав измельченной зеленью укропа.

БЕЛОРУССКИЕ БЛЮДА

ГАЛКИ РЫБНЫЕ (600—700 г рыбного филе; 2 луковицы, 2 столовые ложки картофельной муки; 1 стакан воды).

Пропустить рыбное филе и лук через мясорубку. Заправить фарш картофельной мукой, солью, перцем. Влить холодную воду или молоко и все тщательно размешать.

Вскипятить подсоленную воду. Опускать разделанные в виде некрупных шариков галки в кипящую жидкость. Проварить.

Вынуть готовые галки из воды, выложить на блюдо. Отдельно подать хрен с уксусом.

Это блюдо используют преимущественно в холодном виде.

КАРТОФЕЛЬНАЯ БАБКА (8—10 средних клубней картофеля; 1 столовая ложка муки; 2—3 луковицы; 5 г соды; 40 г шпика; 40 г сливочного масла).

Мелко нарезать репчатый лук и слегка поджарить на измельченном шпике.

Натереть на терке сырой картофель, добавить в него питьевую соду, жареный лук и шпик, соль, перец, муку; все тщательно перемешать.

Смазать жиром невысокую кастрюлю или противень, выложить картофельную массу, обровнять поверхность, сбрызнуть маслом. Запечь в духовке.

Подать со сливочным маслом.

ХОЛОДНИК (1 кг шавеля; 100—150 г зеленого лука; 2—3 свежих огурца; 2 яйца; 150 г сметаны; сахар по вкусу).

Отварить в воде нарезанный некрупными кусочками шавель. Охладить.

Мелко нарезанный зеленый лук растереть с солью.

Изрубить белок крутых яиц, а желток растереть с сахаром. Нарезать тонкими ломтиками очищенные от кожицы свежие огурцы.

В охлажденный шавель добавить зеленый лук, яйца, огурцы. Заправить сметаной и измельченным укропом.

УЗБЕКСКИЕ БЛЮДА

ПЛОВ (500 г мякоти баранины; 650 г риса; 500 г моркови; 200 г лука; 250 г бараньего курдючного сала или хлопкового масла; перец, анис — по вкусу).

Положить в хорошо разогретый жир баранину, нарезанную мелкими кусочками (приблизительно по 10 г). Обжарить. Когда кусочки подрумянятся, добавить лук и морковь, нарезанные мелкой соломкой, и продолжать жарение еще несколько минут. Влить в посуду, где жарится мясо, горячую воду (приблизительно $1\frac{1}{2}$ л), добавить соль, перец, анис. Вскипятить.

Опустить в кипящий отвар перебранный и хорошо промытый рис, разровнять поверхность. После того как рис впитает всю влагу, сделать в двух-трех местах углубления и влить еще 2—3 столовые ложки горячей воды.

Плотно закрыть посуду крышкой, значительно уменьшить нагрев и варить 20—30 минут.

Выложить рис на блюдо, наверх положить мясо. Украсить нашинкованным луком.

ЛАГМАН (600 г муки; 300—350 г мяса; 60 г жира; 300 г картофеля; 1 луковица; 100 г зеленого сладкого перца; 100 г моркови; 60 г редьки; 80—100 г томата-пюре; 2 зубчика чеснока).

Приготовить лапшу из крутого пресного теста.

Нарезать мясо мелкими кусочками и обжарить.

Нашинковать лук, морковь, редьку, овощной перец, все вместе слегка обжарить. Сложить в посуду с мясом, добавить 1 стакан горячей воды, томат-пюре, нарезанный кубиками картофель, соль, перец и рубленый чеснок. Прокипятить.

Отварить лапшу в подсоленной воде. Слить воду. Подать вместе с мясом и соусом.

МАНТЫ (150—200 г баранины; 30—40 г курдючного сала; 150 г репчатого лука; 1 стакан муки; по $\frac{1}{3}$ стакана воды и кислого молока).

Пропустить через мясорубку или мелко изрубить баранину и лук. Посолить, поперчить, хорошо размешать.

Приготовить крутое пресное тесто, нарезать кусочками и раскатать его в виде тонких лепешек. Выложить на середину каждой лепешки фарш и кусочек курдючного сала. Защипать, как пельмени. Отварить на пару.

Подать, залив мясным бульоном и кислым молоком.

Посыпать перцем и измельченной зеленью.

СУП МАСТАВА (300—350 г баранины; 60 г жира; 200 г риса; 250 г картофеля; морковь, репа, луковица — по 2 шт.; 150 г свежих помидоров или 40 г томата-пюре).

Сварить мясной бульон.

Нарезать кусочками баранину и обжарить в хорошо разогретом жире. Когда кусочки баранины подрумянятся, посолить их, посыпать молотым красным перцем и добавить нарезанный тонкой соломкой лук, а через несколько минут — репу и морковь (нарезанные мелкими кубиками).

За 5 минут до окончания жарения положить свежие помидоры, нарезанные ломтиками, или томат-пюре.

Залить бульоном, вскипятить, опустить рис и картофель, нарезанный кубиками. Варить до готовности.

Снять с огня, заправить кислым молоком. Подать с мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

КАЗАХСКИЕ БЛЮДА

МЯСО ПО-КАЗАХСКИ (БЕСБАРМАК) (800 г мяса; 200 г лука; 2 стакана муки; 1 яйцо).

Мясо (баранину, говядину или конину) отварить до готовности.

Приготовить крутое пресное тесто, тонко раскатать его, как для лапши. Нарезать крупными кусками и отварить в бульоне.

Готовое мясо нарезать тонкими широкими ломтиками, положить на отваренное тесто, посыпать перцем, тонко нашинкованным луком и рубленой зеленью.

Подать отдельно (в пиалах) горячий бульон.

КАЗАХСКАЯ ПОДЖАРКА (1200 г бараньего ливера; 350 г курдючного бараньего сала; 150—200 г лука).

Мелко нарезать бараний ливер (печень, легкие, сердце) и нашинковать репчатый лук. Обжарить на сале.

Влить немного горячего бульона, посолить, поперчить. Закрыть посуду крышкой, уменьшить нагрев. Довести до готовности.

Перед подачей к столу посыпать зеленью.

ПЕЧЕНКА С КУРДЮЧНЫМ САЛОМ (600 г печенки; 200 г курдючного сала).

Кусок курдючного бараньего сала залить холодной водой и поставить на огонь. Вскипятить, уменьшить нагрев и продолжать варку на слабом огне.

Через 15—20 минут добавить печенку, соль, перец.

Готовые печенку и баранье сало охладить, нарезать ломтиками, выложить на блюдо, разместив на каждом кусочке печенки ломтик сала, посыпать рубленой зеленью.

На гарнир подать помидоры, огурцы, зеленый лук, зеленый горошек.

СОМСА ПО-КАЗАХСКИ (2 стакана муки; 60 г масла, $\frac{1}{3}$ стакана воды; 1 яйцо; 500 г мяса; 1 луковица).

Вскипятить воду с солью и маслом. Замесить на этой жидкости тесто.

Пропустить через мясорубку мясо и репчатый лук.

Разделить тесто кусками (приблизительно по 75—100 г). Раскатать лепешки, выложить на середину каждой мясной фарш, лепешки сложить треугольниками и защипить края.

Смазать яйцом и запечь.

ГРУЗИНСКИЕ БЛЮДА

СУП ХАРЧО (450—500 г говяжьей или бараньей грудинки; 100—150 г риса; 2 луковицы; 1 столовая ложка томата-пюре; 100 г зелени петрушки, сельдерея, кинзы; красный перец стручковый и чеснок — по вкусу).

Говяжью или баранью грудинку нарубить крупными кусочками, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену и уменьшить огонь.

Через 30—40 минут после начала варки супа насыпать в него рис, положить сырой рубленый лук, томат, немного красного стручкового перца и соль.

За 10 минут до окончания варки заправить суп рубленой зеленью и толченым чесноком.

ЦЫПЛЯТА ТАБАКА (1 цыпленок; 1 столовая ложка топленого масла; 3 столовые ложки соуса «Ткемали»; чеснок по вкусу).

Разрезать подготовленного цыпленка вдоль (по грудке) на две части. С внутренней стороны надломить позвоночные кости так, чтобы можно было распластать тушку. Посолить.

Выложить цыпленка (кожей вниз) на хорошо разогретую с маслом сковороду. Прикрыть сковороду большой мелкой тарелкой, поместив наверх какую-нибудь тяжесть.

Когда цыплята хорошо подрумянятся с одной стороны, перевернуть их и довести до готовности.

Выложить на блюдо. Отдельно подать соус «Ткемали» или толченый чеснок и зелень петрушки.

ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР (1 курица; 80 г топленого масла или маргарина; 400 г лука; 150—200 г свежих помидоров или 2 столовые ложки томата-пюре; ¼ стакана уксуса; 50 г зелени — эстрагона, кинзы, петрушки).

Курицу нарезать порционными кусками.

Обжарить на масле. Положить в кастрюлю или сотейник.

Нашинковать репчатый лук, слегка поджарить, добавив в конце жарения помидоры или томат-пюре.

Положить в посуду с курицей.

Влить уксус, тушить, закрыв посуду крышкой, на маленьком огне. Перед подачей к столу добавить мелко нарубленную зелень.

ЛОБИО С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (250—300 г красной фасоли; 1 крупная луковица; 80 г растительного масла).

Отварить фасоль.

Мелко нарезать лук и поджарить.

Смешать с фасолью, заправить солью, перцем, рубленой зеленью (петрушка, кинза) и растительным маслом.

АЗЕРБАЙДЖАНСКИЕ БЛЮДА

ПИТИ (500 г баранины; 80 г курдючного сала; 60 г лука; 5—6 средних клубней картофеля; 200 г свежей или 100 г сушеной алычи; 2 столовые ложки томата-пюре или 200 г свежих помидоров; 80 г гороха).

Замочить горох в холодной воде. После того как он достаточно набухнет, положить его в посуду вместе с бараниной, залить водой и варить 35—40 минут.

За 15—20 минут до окончания варки добавить нарезанный дольками лук, картофель (целыми клубнями), алычу, рубленое курдючное сало, томат-пюре или свежие помидоры, перец, соль. Вместо томата-пюре можно использовать настой шафрана.

ЛЮЛЯ-КЕБАБ (800 г мякоти жирной баранины; 2 луковицы).

Пропустить через мясорубку баранину, курдючное сало и лук. Посолить, поперчить и тщательно размешать.

Оформить фарш в виде сосисок. Нанизать их на металлический прут (шпажку) и жарить над раскаленными углями.

Подавать отдельно сушеный барбарис, зеленый лук и зелень петрушки или укропа.

ГОЛУБЦЫ С ВИНОГРАДНЫМИ ЛИСТЬЯМИ (300 г мякоти баранины; 80 г топленого сала; 120 г виноградных листьев; 2 луковицы; 80 г

свежего очищенного гороха; 60 г риса; 200 г простокваши мацони; зелень, специи).

Пропустить через мясорубку баранину и репчатый лук.

Добавить в фарш горох и рис, посолить, поперчить и тщательно размешать.

Ошпарить кипятком виноградные листья. Выложить на середину листика немного фарша и завернуть в виде валика.

Положить голубцы в кастрюлю или сотейник, добавить жир, влить немного горячей воды или бульона. Закрывать крышкой и тушить до готовности на маленьком огне.

Готовые голубцы положить на блюдо, вместе с соусом, посыпать рубленой зеленью. Отдельно подать мацони с толченой корицей.

БИТКИ ИЗ БАРАНИНЫ (600 г мякоти баранины; 100 г бараньего топленого сала; 2—2½ столовые ложки уксуса; 150 г лука; 5 яиц).

Пропустить через мясорубку мясо, заправить солью и придать ему форму круглых битков.

Обжарить, выложить в неглубокую посуду, добавить мелко нарезанный лук.

Сырые яйца развести уксусом, прибавить по вкусу соль и сахар, хорошо размешать.

Залить этой смесью битки и поставить в духовку. Запечь. Подавать, посыпав измельченной зеленью.

ЛИТОВСКИЕ БЛЮДА

ЦЕПЕЛИНАЙ (1½ кг картофеля; 350—400 г вареного мяса; 2—3 луковицы; 100—125 г шпика свиного).

Отварить половину картофеля (750 г) в кожуре. Очистить от кожицы и протереть через сито или пропустить через мясорубку.

Натереть на мелкой терке остальной картофель (сырой), отжать от сока и смешать сырой картофель с подготовленным пюре из вареного картофеля.

Пропустить через мясорубку вареное мясо, добавить мелко нарезанный поджаренный лук. Заправить начинку солью, перцем и хорошо перемешать.

Разделить картофельную массу на лепешки. Разместить на середине каждой лепешки начинку, соединить края, придать форму зраз.

Вскипятить подсоленную воду и отварить цепелинай. Подать с поджаренным шпиком.

ВАРЕНИКИ ЛИТОВСКИЕ (400 г муки; $\frac{1}{2}$ стакана воды; 2 яйца; 1 кг картофеля; 2—3 луковицы; 80 г шпика свиного; 25 г масла; $\frac{1}{2}$ стакана сметаны).

Приготовить крутое пресное тесто на воде и яйце, как для пельменей.

Отварить картофель, размять его и пропустить через мясорубку.

Нашинковать лук, мелко нарезать шпик. Поджарить и смешать с пюре, добавив сырое яйцо, соль, перец.

Нарезать тесто кусочками и раскатать в виде тонких лепешек. На середину каждой лепешки положить немного фарша и защипать, как вареники.

Сварить в кипящей подсоленной воде. Подать, полив маслом и сметаной.

СЕЛЬДЬ С ЖАРЕНЫМ ЛУКОМ (400 г соленой сельди; 3 столовые ложки подсолнечного масла; 3 луковицы; 2 столовые ложки томата-пюре; перец и немного сахара).

Очистить и нарезать сельдку, как обычно. Подать, выложив на нее нарезанный лук, предварительно слегка поджаренный с томатом-пюре. Заправить перцем и сахаром по вкусу (сахара примерно 4 г).

МОЛДАВСКИЕ БЛЮДА

МАМАЛЫГА (400 г кукурузной муки; 1 л воды; 60—80 г топленого животного жира или растительного масла; 1 чайная ложка соли).

Вскипятить подсоленную воду. Всыпать в кипящую жидкость кукурузную муку (тонкой струйкой, все время помешивая), проварить в течение 7—10 минут.

Подать с растопленным свиным салом или растительным маслом, молоком, брынзой.

ОТВАРНАЯ РЫБА С ЧЕСНОКОМ (500 г рыбного филе; 2—3 зубчика чеснока; специи).

Нарезать филе рыбы порционными кусками и отварить в небольшом количестве воды с солью и специями.

Извлечь готовую рыбу, выкипятить отвар так, чтобы его осталось не более половины.

Растереть чеснок с солью, разбавить отваром и полить этим соусом рыбу.

ОВОЩНОЕ РАГУ (150 г кабачков; по 80 г зеленой фасоли и зеленого горошка; 150 г моркови; по 200 г баклажанов и помидоров; 60 г петрушки; 100 г перца зеленого сладкого; 60 г лука; 125 г топленого или растительного масла; сахар, чеснок, гвоздика, корица, лавровый лист — по вкусу).

Нарезать крупными кусочками баклажаны, кабачки, морковь, петрушку, сладкий перец, лук и слегка поджарить все вместе.

Отварить стручковую фасоль и зеленый горошек, добавить в остальные овощи, влить немного воды или бульона, поставить тушить, закрыв посуду крышкой.

Через 10 минут положить нарезанные крупными кусками помидоры. Заправить маслом, сахаром, солью, чесноком и другими специями, перемешать и довести до готовности.

ЛАТЫШСКИЕ БЛЮДА

ЗАПЕКАНКА ИЗ СЕЛЕДКИ (200 г соленой сельди; 120 г белого хлеба; 100 г свежих яблок; 120 г сливочного масла; 100 г лука; 2 яйца; перец, уксус — по вкусу).

Вымочить в холодной воде сельдку. Освободить от костей и кожи. Пропустить через мясорубку вместе с белым хлебом (размоченным в воде), яблоками, луком, крутыми яйцами.

Заправить растопленным маслом, перцем, уксусом. Выложить в форму, смазанную жиром. Запечь в духовке.

Подать с отварным горячим картофелем.

ЯЙЦА ФАРШИРОВАННЫЕ (8 яиц; 150 г лука; 100 г сливочного масла; 100 г сметаны; горчица).

Очистить от скорлупы крутые яйца, разрезать вдоль, вынуть желтки.

Мелко изрубить лук, слегка поджарить на мас-

ле, смешать с желтками. Заправить солью, горчицей, сметаной (половину всего количества), хорошо смешать и заполнить этой смесью белки яиц.

Выложить фаршированные яйца на листики зеленого салата, полить сметаной.

МАННАЯ КАША СО ВЗБИТЫМИ БЕЛКАМИ ($\frac{1}{2}$ л молока; 120 г манной крупы; 3 столовые ложки сахара; 4 яйца; 50 г очищенного миндаля; ванилин по вкусу).

Сварить манную кашу на молоке.

Растереть сырые желтки с сахаром и ванилином. Взбить белки в густую пену.

Положить в слегка охлажденную кашу желтки и рубленый миндаль, взбитые белки; осторожно перемешать, выложить в форму и запечь в духовом шкафу.

Охладить, подать с клюквенным киселем.

КИРГИЗСКИЕ БЛЮДА

КУРУТ (1 л молока; 200 г простокваши из кипяченого молока).

В кипяченое и охлажденное молоко добавить простоквашу, поставить в теплое место.

Когда молоко закиснет, вылить его в мешочек из ткани, дать стечь сыворотке, прибавить соль, перемешать, поместить под тяжесть на 6—8 часов и высушить в теплом месте.

КУЛЬЧЕТАЙ (500 г баранины; муки примерно 2 стакана; 3—4 луковицы; 1 яйцо).

Отварить баранину.

Приготовить крутое пресное тесто, как для лапши, тонко раскатать и нарезать крупными квадратами. Отварить в бульоне.

На жире, снятом с бульона, слегка протушить репчатый лук, нарезанный тонкими кольцами.

Смешать отваренную лапшу с луком, посолить, поперчить.

Выложить на блюдо. Поверх лапши разместить баранину, нарезанную тонкими широкими ломтями.

Можно подать в пиалах гоючий бульон.

АТКАНЧАЙ (по $\frac{1}{2}$ л воды и молока; 2—3 г сухого чая; 1 столовая ложка сливочного масла; $\frac{1}{2}$ стакана сметаны).

Заварить крепкий чай, добавить кипятка и горячее молоко.

Вскипятить. Положить масло, соль, сметану и вновь довести до кипения.

ШОРПО (600 г баранины; $1\frac{1}{4}$ л воды; 600 г картофеля; 200 г помидоров; 2—3 луковицы; 120 г бараньего сала).

Нарубить баранину небольшими кусочками с косточками, посолить, поперчить, выложить в котел с разогретым бараньим жиром и поджарить до румяной корочки.

Нарезать лук тонкими кольцами, свежие помидоры — дольками. Положить в посуду, где жарится баранина, жарить 5—7 минут, после чего залить горячей водой, вскипятить, добавить нарезанный картофель.

Закрывать посуду крышкой, варить до готовности на небольшом огне. Подать, посыпав зеленью.

ТАДЖИКСКИЕ БЛЮДА

СУП УГРО (350—400 г мяса; 300 г картофеля; по 100 г гороха, моркови и петрушки; 150 г лука; 60 г томата-пюре; 50 г масла или маргарина; $\frac{3}{4}$ стакана кислого молока).

Приготовить лапшу.

Сварить мясной бульон.

Отварить горох в бульоне. Когда горох станет мягким, добавить нарезанный картофель.

Измельчить и слегка поджарить коренья и лук. Положить в суп. Вскипятить, заварить лапшу, добавить томат-пюре, соль, перец. Проварить до готовности.

КАУРДАК (400—500 г баранины; 600 г картофеля; 50 г бараньего сала; 120 г моркови и петрушки; 200 г лука; 100 г томата-пюре; 1 чайная ложка муки).

Обжарить на бараньем сале баранину, нарезанную кусочками по 25 г. В конце жарения добавить томат-пюре и 1—2 столовые ложки горячей воды. Закрывать посуду крышкой и тушить на маленьком огне.

Через 30—40 минут добавить коренья и лук (измельченные и слегка обжаренные), муку и картофель, нарезанный дольками. Посолить, поперчить, перемешать и довести до готовности на слабом огне.

ШАХЛЕТ (ГОЛУБЦЫ) (400 г говядины или баранины; 40 г лука; 400 г бараньего внутреннего сала с пленкой; 100 г риса).

Отварить рассыпчатый рис. Откинуть на сито.

Пропустить мясо через мясорубку. Поджарить на сковороде вместе с мелко нашинкованным луком.

Добавить рис, соль, перец. Все тщательно размешать.

Распластать на столе слой внутреннего сала (пленкой вниз). Выложить фарш, завернуть края, завязать ниткой.

Вскипятить мясной бульон и опустить шахлет в кипящую жидкость. Отварить.

Нарезать порционными кусками.

АРМЯНСКИЕ БЛЮДА

СУП КЮФТА БОЗБАШ (500 г баранины; 2 яйца; 50 г риса).

Приготовить мясной бульон. Незадолго до окончания варки добавить в него перец и слегка поджаренный лук.

Заварить бульон рисом.

Провернуть баранину через мясорубку. Положить в фарш вареный рис, рубленое крутое яйцо. Заправить солью, перцем, измельченной зеленью.

Сделать из фарша крупные шарики и сварить их в кипящем бульоне.

Перед подачей к столу взбить яйцо, развести его молоком или бульоном и заправить этой смесью суп.

ШАШЛЫК В КАСТРЮЛЕ (600—650 г баранины; 100 г бараньего топленого сала; 150 г лука; $\frac{1}{2}$ стакана гранатового сока).

Нарезать мякоть баранины кусочками (по 40—50 г). Обжарить на сковороде до образования румяной корочки.

Сложить в кастрюлю, влить 2—3 столовые ложки горячей воды. Закрывать посуду крышкой. Тушить, пока баранина не станет мягкой.

Выложить на блюдо, посыпать мелко нашинкованным репчатым луком и залить гранатовым соком.

БОРАНИ ИЗ ЦЫПЛЯТ (1 цыпленок; 700 г баклажанов; 60 г топленого масла; 400 г кислого молока; сахар, корица, шафран — по вкусу).

Обжарить цыплят, как обычно.

Поджарить баклажаны, нарезанные ломтями.

Настоять шафран на воде. Смешать этот настой с кислым молоком (мацони), заправить молоко сахаром и корицей.

Выложить цыплят на блюдо, разместить вокруг жареные баклажаны, полить заправленным кислым молоком.

ПЛОВ С СЕВРЮГОЙ (500 г севрюги; 400 г риса; 100—120 г топленого масла; 120 г граната; 80 г сахара; $\frac{1}{2}$ л воды).

Промыть в холодной воде севрюгу, нарезать порционными кусками и ошпарить их кипятком.

Отварить рассыпчатый рис.

Смазать посуду жиром, выложить куски рыбы, на них — рис, полить растопленным маслом. Запечь в духовке.

Сварить в воде с добавлением сахара очищенные гранаты. Охладить. Подать как гарнир к рыбе.

ПЛОВ С СУШЕНЫМИ ФРУКТАМИ (600 г риса; 100 г кураги; 50 г изюма; 50 г чернослива; 100 г меда; 200 г топленого масла).

Тщательно промыть сушеные фрукты в теплой воде. Откинуть на сито, чтобы стекла вода.

Отварить рассыпчатый рис, заправить маслом.

Разогреть масло и поджарить на нем сушеные фрукты. В конце жарения добавить немного горячей воды и меда. Тушить под закрытой крышкой 10—15 минут.

ТУРКМЕНСКИЕ БЛЮДА

СУП ИЗ ФАСОЛИ С ЛАПШОЙ (300 г баранины; 150 г фасоли; 2 столовые ложки муки; 1 яйцо; 1 луковица; 60 г бараньего сала; 600 г кислого молока; красный молотый перец — по вкусу).

Положить в кастрюлю баранину и фасоль. Залить холодной водой, поставить варить.

Через час-полтора добавить измельченный и слегка поджаренный лук, лапшу, красный перец.

Перед подачей к столу снять суп с огня и заправить кислым молоком.

ПЫШКИ (3 стакана муки; 120 г растительного масла; 10 г дрожжей).

Приготовить крутое дрожжевое тесто на воде, без сдобы.

Готовое тесто раскатать круглыми лепешками

величиной до сковороды, на которой их будут жарить.

Разогреть масло и поджарить лепешки с двух сторон.

ЖАРЕНАЯ БАРАНИНА С ПОМИДОРАМИ (600—650 г баранины; 120 г бараньего курдючного сала; 150 г лука; 700 г помидоров).

Нарубить баранину кусочками по 40—50 г.

Положить в посуду с разогретым жиром и обжарить со всех сторон. Влить 2—3 столовые ложки горячей воды.

Когда вся вода выкипит, добавить нарезанное кусочками курдючное сало, помидоры и лук. Закрыть посуду крышкой. Тушить до готовности.

Подать, посыпав измельченной зеленью петрушки.

ЭСТОНСКИЕ БЛЮДА

МОЛОЧНЫЙ СУП С КАРТОФЕЛЕМ И КРУПОЙ (1 л молока; 750 г картофеля; 100 г ячменной крупы; 1—2 столовые ложки масла).

Вскипятить воду и засыпать ячменную крупу. Варить, пока крупа станет мягкой.

Влить молоко, довести до кипения и опустить картофель, нарезанный некрупными кусочками. Посолить.

Снять с огня, заправить сливочным маслом.

ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С БОБАМИ (350 г свинины; 250 г квашеной капусты; 120 г бобов; 80 г ячневой крупы).

Положить в кастрюлю свинину и бобы. Залить холодной водой. Поставить на огонь.

Через 30 минут добавить ячневую крупу и, когда она будет почти готова, положить капусту.

СЛАДКИЙ СУП С ПИВОМ (2 стакана молока; 1 стакан пива; 50 г сахара; 2 яйца; 50 г белого хлеба).

Взбить сырые яйца с сахаром и разбавить пивом.

Вскипятить молоко, снять с огня, слегка остудить и влить в него яйца, разбавленные пивом.

Поставить на огонь и, все время помешивая, разогреть, но не кипятить.

Нарезать маленькими кубиками черствый белый хлеб, залить приготовленной смесью. Охладить.

СЫИР (600 г творога; 1 яйцо; 60—70 г сливочного масла; 5 стаканов молока; соль и тмин — по вкусу).

Протереть творог через сито. Выложить в кастрюлю, залить кипящим молоком и, помешивая, варить на небольшом огне до загустения.

Откинуть на сито и дать стечь сыворотке.

Разогреть в посуде сливочное масло, положить творог и, не прекращая помешивания, проварить, пока он не станет тягучим (приблизительно 10 минут).

Снять с огня, слегка охладить, добавить взбитое яйцо, соль, тмин, тщательно размешать, охладить и нарезать порционными ломтиками.

ЗАГОТОВКИ

СОЛЕНИЕ И КВАШЕНИЕ

Для приготовления небольшого количества соленых, квашеных или маринованных овощей и грибов, которые используются в течение непродолжительного времени, можно применять стеклянную, эмалированную или глиняную, покрытую глазурью (обливанную) посуду.

Для длительного хранения больших количеств овощей применяют деревянную тару — бочки или кадки. Их необходимо тщательно подготовить. Прежде всего надо проверить, нет ли течи, так как утечка рассола — наиболее частая причина порчи солений и квашений, а кроме того, рассол является

ценным продуктом, в особенности капустный, который содержит витамин С в больших количествах, чем сама квашеная капуста.

Устранив течь, днище бочки надо промазать с наружной стороны варом и затем бочку или кадку залить кипятком. Для того чтобы кипяток подольше не остывал и тара хорошо пропарилась, в воду опускают крупный булыжник (вес камня должен составлять 10% веса заквашиваемой капусты). Булыжник предварительно нужно раскалить в печи. В дальнейшем этот камень используют как гнет.

КАПУСТА КВАШЕНАЯ (на 100 кг капусты — 2½—3 кг соли, 3—4 кг моркови).

Отобрать плотные белые кочаны зимних или позднеспелых сортов капусты. Сняв с нескольких кочанов верхние зеленые листья, промыть их и выложить на дно бочки или кадки.

Срезать кочерыжки, изрубить или мелко нашинковать капусту (ножом или специальной шинковальной теркой).

Очистить морковь, промыть, нарезать тонкой соломкой или нашинковать.

Протереть измельченную капусту с солью в деревянном корытце или на столе, смешать с морковью и в три-четыре приема положить в тару, каждый раз тщательно утаптывая скалкой, чтобы выступал сок.

Заполненную доверху бочку или кадку еще раз утапывать, закрыть сверху капустными листьями, чистой тканью, деревянным кружком, поверх которого положить булыжник.

Необходимо, чтобы поверхность капусты всегда была покрыта рассолом. Если рассола мало, нужно увеличить гнет, добавив еще один камень, чтобы капуста уплотнилась и выделила сок.

В начале заквашивания на поверхности появляется обильная пена, которая по мере готовности капусты уменьшается, а затем исчезает. Для удаления газа, сопутствующего брожению в первые дни после посола, капусту следует 3—4 раза протыкать до дна чистой палкой.

Когда рассол перестанет пениться, промывают деревянный кружок, груз и ткань, которыми покрыта капуста, и перемещают ее в холодное место, где и хранят при температуре не выше 5°.

Периодически нужно тщательно удалять плесень, появляющуюся на рассоле, промывать кружок и груз.

Для придания квашеной капусте лучшего вкуса (если ее используют для салатов, винегретов и как холодный гарнир) в нее при квашении добавляют яблоки (5—6 кг), клюкву или бруснику (3 кг), тмин (100—150 г) и по 5 г перца горошком и лаврового листа. В этом случае яблоки моют, нарезают дольками, клюкву перебирают и моют холодной водой и вместе со специями добавляют в измельченную капусту.

В квашеную капусту можно также положить небольшие целые кочаны или нарезанные пополам. Целые кочаны надрезают крестообразно и посыпают солью; половинки смачивают в соленой воде, а затем и те и другие кладут на слой измельченной капусты и прикрывают следующим слоем. В дальнейшем капусту, заквашенную кочанами или половинками, можно использовать для приготовления салата — капусты провансаль.

КАПУСТА ПРОВАНСАЛЬ (на 3 кг капусты — 400 г сахара; 400 г подсолнечного масла; 400 г мо-

ченых яблок или маринованных слив, винограда; 250 г клюквы или брусники; уксус или маринадную заливку).

Заквашенные целыми или половинками кочаны капусты нарезать некрупными кусками, заправить сахаром, растительным маслом, добавить нарезанные дольками моченые яблоки, маринованные плоды или ягоды, свежую бруснику или клюкву, осторожно перемешать, выложить в стеклянные банки или глиняную, покрытую глазурью посуду, залить маринадом (из-под ягод или плодов) или уксусом, разведенным водой по вкусу.

Капусту провансаль можно хранить на холоде не более 8—10 дней.

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (на 50 кг огурцов — 1,5 кг укропа; 300 г корней хрена; 200 г чеснока; 25 г свежего красного стручкового перца; 300 г зелени петрушки и сельдерея; 500 г листьев черной смородины и вишни).

Рекомендуется солить огурцы, собранные с гряд в день посола, одинаковые по размеру, крепкие, зеленые и не слишком крупные. Огурцы солят в деревянных бочках или кадках. Перед посолом нужно проверить исправность тары и подготовить ее.

Огурцы промыть холодной водой. На дно тары положить слой листьев хрена, специй, укропа, а затем огурцы (в стоячем положении) плотно друг к другу; прикрыть их следующим слоем листьев и специй. Так, перемежая слои, заполнить тару доверху и, прикрыв огурцы листьями и укропом, закрыть бочку плотно пригнанным днищем, в котором должно быть шпунтовое отверстие.

Приготовить рассол, растворив в кипяченой воде соль (на 1 ведро воды — 900 г соли), охладить его, залить им огурцы через шпунтовое отверстие, заткнуть отверстие деревянной пробкой, обернутой чистой тканью.

Если огурцы солят в кадке, то ее закрывают деревянным кружком, а на него кладут небольшой предварительно прокипяченный булыжник, чтобы огурцы были покрыты рассолом. Солёные огурцы хранят при температуре не выше 5°.

ОГУРЦЫ МАЛОСОЛЬНЫЕ (на 2 л воды — 80—120 г соли; 1 головка чеснока; укроп).

Отобрать свежие огурцы, вымыть холодной водой, сложить в посуду, пересыпая измельченным чесноком, ветками укропа.

Вскипятить воду, растворить в ней соль, охладить и залить этим рассолом огурцы.

Малосольные огурцы бывают готовы через несколько часов после посола, если у них срезать кончики и залить их горячим рассолом.

ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ (на 10 л — 600—800 г соли).

Подготовить тару.

Отобрать помидоры (можно зрелые красные, а также зеленые и бурые, но в одной таре одновременно использовать только помидоры одинаковой спелости).

Промыть помидоры холодной водой. Выложить на дно тары вишневые или черносмородиновые листья, ветки укропа, наверх положить ряд помидоров и так, перемежая помидоры листьями, заполнить тару.

Вскипятить воду, растворить в ней соль, охладить и залить этим рассолом помидоры. Закрыть кадку деревянным кружком, положить сверху небольшой груз. Вынести в прохладное место.

ГРИБЫ СОЛЕННЫЕ, ХОЛОДНЫЙ СПОСОБ (на 1 кг грибов — 40—50 г соли).

При таком посоле используют преимущественно рыжики, грузди, подгруздки, волнушки, сыроежки, чернушки, свинушки.

Отобрать крепкие, нечервивые и неперезрелые грибы, отрезать целиком или частично корешки, промыть холодной водой. Все грибы (кроме рыжиков) залить холодной водой и поставить на сутки в холодное помещение, после чего слить воду, сполоснуть грибы чистой водой и выложить их в кадку слоями, пересыпая каждый слой солью. В соль можно добавить немного душистого перца, лаврового листа и укропа.

Заполненную грибами кадку закрыть деревянным кружком, наверх положить небольшой груз.

Грибы пригодны в пищу не ранее чем через 40—45 дней с момента посола.

ГРИБЫ СОЛЕННЫЕ, ГОРЯЧИЙ СПОСОБ (на 1 кг грибов — 40—50 г соли; 1—2 лавровых листика; по 3 шт. перца горошком и гвоздики).

Таким способом солят преимущественно подосиновики, подберезовики, опята и маслята.

Грибы сортируют, отбирая крепкие, нечервивые и неперезрелые; удаляют полностью или частично корешки; крупные шляпки режут пополам; тщательно и многократно моют холодной водой.

Вливают воду в кастрюлю (из расчета на 1 кг грибов 100 г воды), добавляют соль, доводят до кипения, опускают грибы; когда жидкость вновь закипит, тщательно удаляют пену, уменьшают огонь и добавляют лавровый лист, перец, гвоздику. Время от времени грибы осторожно, стараясь не помять, перемешивают, так как во время варки они могут пристать ко дну.

Варка крупных грибов или грибов, нарезанных крупными кусками, продолжается до 30 минут. Мелкие грибы готовы через 15—20 минут. Обычно готовые грибы опускаются на дно посуды.

После охлаждения грибы кладут в стеклянные банки или деревянные кадки. Банки закрывают пергаментной бумагой и завязывают. Кадки закрывают кружками с легким грузом. Хранят в прохладном месте. Используют через 30—40 дней.

АРБУЗЫ СОЛЕННЫЕ (на 10 л воды — 600—800 г соли). Отобрать некрупные арбузы, спелые или недозрелые. Отрезать плодоножки и промыть арбузы кипяченой холодной водой. Наколоть каждый арбуз в нескольких местах чистой деревянной заостренной палочкой. В деревянную бочку или кадку, подготовленную, как указано на стр. 202—203, выложить арбузы и залить их рассолом, для чего вскипятить воду с солью и охладить. При посоле крупных арбузов в рассол используют 800 г соли, мелких — 600 г соли на каждые 10 л воды.

Тару, заполненную арбузами, прикрыть деревянным кружком и положить на него небольшой груз. Хранить при температуре не выше 3°. Приблизительно через месяц после посола арбузы готовы.

БРУСНИКА МОЧЕНАЯ (на 10 кг брусники — 9 л воды; 250 г сахара; 50 г соли; 10 г корицы; 5 г гвоздики).

Приготовить сироп: положить в посуду сахар, соль, корицу, гвоздику, залить холодной водой, вскипятить и охладить.

Перебрать ягоды, удалить белые и мятые, хорошо промыть холодной кипяченой водой, откинуть на решето и дать стечь воде.

Выложить бруснику в кадку или стеклянные банки и залить сиропом. Хранить в прохладном месте.

ЯБЛОКИ МОЧЕННЫЕ.

Для приготовления моченых яблок наиболее пригодны позднеспелые и зимние сорта — антоновка, бабushкино, скрижапель и т. п.

При мочении яблок применяют сусло или сладкую воду.

Для приготовления сусла на 10 л воды берут 200 г ржаной муки и 50 г соли. Ржаную муку заливают кипятком, добавляют соль, перемешивают, дают настояться и процеживают.

Для приготовления сладкой воды на 10 л воды берут 400 г сахара, 75 г соли. Кипятят воду с сахаром и солью, охлаждают.

На дно деревянной тары (бочки или кадки) выложить слой листьев черной смородины или листьев вишни. Промыть холодной водой яблоки и положить их плодоножками вверх. Каждые 2—3 ряда яблок перемежать листьями. Заполнить тару доверху и прикрыть яблоки слоем листьев.

Залить яблоки суслом или сладкой водой, закрыть деревянным кружком, положить небольшой груз, чтобы яблоки все время были покрыты жидкостью (в случае необходимости добавить сусла или сладкой воды). Моченые яблоки переносят в погреб или другое холодное место через 3—4 дня.

Вместо черносмородиновых или вишневых листьев можно использовать ржаную, пшеничную или овсяную солому. Слой соломы кладут на дно тары и прикрывают им верхний слой яблок.

ТОМАТ-ПЮРЕ.

Отобрать спелые, красные помидоры. Вымыть в холодной воде и нарезать кусочками.

Сложить в кастрюлю и поставить на небольшой огонь. Варить до загустения, время от времени помешивая. После этого протереть через волосное сито, сложить в кастрюлю и вновь проварить пюре на маленьком огне, все время помешивая, в течение 45—60 минут.

Когда томаты уварятся (уменьшатся в объеме в два раза), снять с огня и переложить в прогретые кипятком бутылки, заткнуть пробкой и залить ее смолкой или сургучом.

Не рекомендуется расфасовывать томат-пюре в слишком большую посуду, так как после откупоривания он должен быть использован в течение нескольких ближайших дней. Лучше всего применять литровые бутылки. Плотно закупоренные бутылки с томатом-пюре помещают в горячую воду и кипятят 30—40 минут.

Томат-пюре хранят при температуре не выше 10°.

МАРИНОВАНИЕ

Для маринования овощей, грибов, плодов, ягод применяют специальные заливки — маринады, которые придают этим продуктам приятный острый вкус, пряный аромат и предохраняют от порчи.

В состав маринадов входят уксус (крепкий 6%-ный, разведенный наполовину водой и 3%-ный, неразведенный), сахар, соль и набор специй. Чаще других специй в домашних условиях используют

черный и душистый перец горошком, лавровый лист, гвоздику, корицу.

6%-ный или разведенный по вкусу уксус вместе с солью, сахаром и специями доводят до кипения, затем дают ему настояться и через сутки вновь доводят до кипения. Кипятить маринадные заливки не рекомендуется, так как при длительной тепловой обработке специи утрачивают свои ароматические свойства, а уксус улетучивается.

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ МАРИНОВАННАЯ (на 1 кг капусты — 250 г уксуса; 2—3 стакана воды; 20 г сахара, 20—30 г соли, 2—3 лавровых листа; 5 горошин перца).

Отобрать белые плотные кочаны капусты, снять верхние, загрязненные листья, удалить кочерыжки. Мелко нарезать, протереть с солью, отжать от сока, выложить в стеклянную посуду и залить охлажденным маринадом. Закрывать посуду пергаментной бумагой, завязать, поставить на холод. Маринованная капуста готова к употреблению через 5 дней.

СВЕКЛА МАРИНОВАННАЯ (на 1 стакан воды — 250 г уксуса; 1 столовая ложка сахара; 1½ чайной ложки соли, 3—4 горошины перца, 2 лавровых листа, 3 шт. гвоздики).

Тщательно промыть свеклу и, не очищая от кожицы, сварить до готовности.

Очистить от кожицы, нарезать ломтиками. Сложить в стеклянные банки, залить охлажденным маринадом.

Маринованная свекла готова на следующий день.

ОГУРЦЫ МАРИНОВАННЫЕ (на 1 кг огурцов — 400 г уксуса; 1 столовая ложка соли; 1½ столовой ложки сахара; 1 головка чеснока, 1/2 стручка красного перца; ветки укропа).

Отобрать крепкие, зеленые, некрупные огурцы. Промыть холодной водой, выложить на сито, обдать кипятком и дать воде стечь.

Измельчить чеснок и перец. Нарезать ветки укро-

па. Выложить огурцы в банку, перекладывая их укропом, чесноком, перцем.

Вскипятить уксус с солью и сахаром (если уксус крепкий, развести водой), охладить и залить огурцы. Закрывать банки пергаментной бумагой, завязать. Хранить в прохладном месте.

ГРИБЫ МАРИНОВАННЫЕ (на 1 кг грибов — 100 г воды; 100—125 г уксуса; 1½ столовой ложки соли; 1½ столовой ложки сахара; 2 лавровых листа, 3—4 горошины перца; 2 шт. гвоздики).

Наилучшими грибами для маринования считают белые, подосиновики, подберезовики, маслята, осенние опенки.

Все грибы, которые применяют для маринования, должны быть свежими, крепкими, неперезрелыми и нечервивыми. Мариновать их нужно в день сбора.

Мелкие грибы можно отваривать целиком, среза только нижнюю часть корешка. Шляпки и корни белых грибов маринуют отдельно. Все крупные шляпки (белых, подосиновиков, подберезовиков) нарезают пополам или на четыре части. У маслят снимают кожицу, покрывающую шляпки.

Грибы тщательно и многократно промыть холодной водой, а затем выложить на решето, чтобы стекла вода.

Влить в посуду (лучше всего эмалированную) воду, уксус, добавить соль, сахар, поставить на огонь и довести до кипения. Опустить в кипящую жидкость грибы, снять пену и через 10 минут добавить специи.

Варка грибов продолжается после закипания приблизительно 25 минут. Мелкие грибы готовы через 15—20 минут. Обычно готовые грибы опускаются на дно, и жидкость становится прозрачнее.

После окончания варки грибы охлаждают и складывают в хорошо промытые стеклянные банки, закрывают их пергаментной бумагой, завязывают и ставят на хранение в прохладное место.

СУШЕНИЕ

МОРКОВЬ СУШЕНАЯ

Морковь промыть и очистить. Поставить на огонь посуду с водой, вскипятить и опустить в нее морковь. Варить 15—25 минут. Вынуть из воды, нарезать тонкой соломкой, положить на решето или противень и поместить его на кирпичи, размещенные на поду русской печи. Приоткрыть заслонку печи для доступа воздуха. Лучше всего проводить сушку овощей, грибов и ягод после выпечки хлеба, когда печь не слишком горяча. Можно также сушить и в духовке, приоткрыв дверцу.

ПЕТРУШКА, ПАСТЕРНАК, СЕЛЬДЕРЕЙ СУШЕНЫЕ

Очистить корни от кожицы, удалить мелкие отростки, вымыть, нарезать тонкими кружочками или соломкой. Положить на решето или противень, сушить, как указано в рецепте сушения моркови.

Зелень петрушки, сельдерея, укропа, нарезанную небольшими кусочками, можно сушить в печи, связанную пучками — на веревке у печки либо на воздухе.

ЛУК РЕПЧАТЫЙ СУШЕНЫЙ

Снять с лукавиц чешуйки, срезать донце и верхнюю часть, нарезать кружочками, разобрать кольцами, положить на решето и поставить сушить.

ЯГОДЫ СУШЕНЫЕ

Отобрать целые, неперезрелые ягоды. Вымыть в холодной воде (малину мыть не нужно). Выложить ягоды слоем на решето и сушить в печи, как указано в предыдущих рецептах, время от времени переворачивая, чтобы они равномерно высохли.

Можно сушить ягоды и на солнце.

Для сушки наиболее пригодны вишня, черника, черная смородина, малина.

ГРИБЫ СУШЕНЫЕ

Сушку грибов можно проводить в духовом шкафу, в русской печи и на воздухе в солнечную сухую погоду.

Рекомендуется сушить грибы в день сбора, отбирая из них только крепкие, неперезрелые и нечервивые.

Наилучшими грибами для сушки считают белые; кроме них, для сушки можно использовать подосиновики, подберезовики, маслята.

Отрезать кончики корешков белых грибов (остальные чаще всего сушат без корешков), протереть грибы сухой чистой тканью, нанизать на нитки (можно целыми грибами или кусочками), вывесить на солнце или поставить в русскую печь, как указано в предыдущих рецептах. При сушке в духовом шкафу дверцу его нужно держать приоткрытой.

ВАРЕНЬЕ И ДРУГИЕ ЗАГОТОВКИ ИЗ ЯГОД И ФРУКТОВ

Варенье — высокопитательный продукт, обладающий отличным вкусом и ароматом. Варка варенья — надежный способ консервирования ягод и плодов.

Для того чтобы получить варенье наилучшего качества и обеспечить ему длительную сохранность, нужно не только правильно провести холодную и тепловую обработку ягод и плодов, но и тщательно подготовить посуду, в которой будет вариться и храниться варенье.

Наилучшей посудой для варки варенья считают латунные (медные) или из нержавеющей стали тазы, снабженные деревянными или пластмассовыми ручками. Удобны не слишком большие тазы, вмещающие 3—5 кг ягод.

При небрежном хранении на стенках и дне таза могут появиться следы окиси меди. Окись меди ядовита, и поэтому при обнаружении ее таз нужно очистить песком или специальным порошком для чистки посуды, а затем промыть кипятком и сполоснуть холодной водой. Вообще перед началом варки варенья таз нужно тщательно промыть и вытереть досуха, каким бы чистым он ни казался.

Для хранения готового варенья используются стеклянные банки. Можно использовать и глиняные, но только если они покрыты глазурью. Наиболее удобна посуда, вмещающая 0,5—1 кг варенья. И стеклянную и глиняную посуду перед употреблением нужно тщательно промыть горячей водой (можно добавить в воду немного питьевой соды), сполоснуть чистой водой и хорошо высушить.

Варку варенья рекомендуется проводить в день сбора плодов или ягод, а собирать их в солнечные дни, так как ягоды, в особенности садовая земляника и малина, впитывают дождевую влагу и развариваются.

Желательно при варке использовать один сорт ягод одинаковой зрелости, что обеспечивает равномерное их проваривание. Ягоды и плоды перед варкой сортируют, удаляя испорченные, перезревшие, недозревшие и помятые; очищают от веточек, плодоножек, стебельков и промывают в холодной питьевой воде. Некоторые хозяйки считают, что такие нежные ягоды, как садовую землянику, собранную со своего участка, можно не мыть. Это неправильно, так как ягоды могут быть загрязненными не только землей, но и удобрениями, которые вносились в почву.

Землянику и малину осторожно выкладывают на решето, в плетеную корзинку или дуршлаг и поливают из лейки водой, затем дают стечь воде. Все остальные ягоды и плоды моют, как обычно.

Для качества готового варенья и его сохранности очень важно правильное соотношение количества ягод и сахара. Это соотношение различно и зависит от содержания сахара в свежих ягодах. При использовании кислых плодов или ягод количество сахара увеличивают. При недостатке сахара в варенье оно быстро киснет, а при излишке засахаривается. Не менее важно уметь правильно определять готовность варенья. Недоваренное варенье быстро портится, а сироп переваренного приобретает коричневатый оттенок пережженного сахара, теряет ароматичность и горчит. Варенье готово, если капля, налитая на тарелку, при застывании не растекается и сохраняет свою форму; если поверхность варенья, снятого с огня, быстро покрывается морщинистой пленкой; если ягоды или плоды становятся прозрачнее, не

всплывают наверх, а равномерно распределяются в сиропе.

Обычно варку варенья начинают с приготовления сиропа. В таз кладут необходимое количество сахара, заливают его водой в указанном в рецепте количестве, ставят на огонь и, все время помешивая, доводят до кипения и полного растворения сахара. Дав сиропу вскипеть один-два раза, его снимают с огня и кладут в него ягоды. Чтобы смешать ягоды с сиропом, таз встряхивают кругообразными движениями и ставят на огонь. Желательно, чтобы вся варка с начала и до конца проводилась при равномерном нагреве — не слишком большом и не слишком маленьком. Ввиду того что в начале варки варенье сильно пенится и может перелиться через край таза, как только возникает такая опасность, таз снимают с огня, встряхивают, удаляют пену и вновь ставят на огонь. Пену удаляют в продолжение всей варки. По мере готовности варенья пены образуется все меньше.

Установив готовность варенья, его снимают с огня, переливают в фаянсовую или эмалированную посуду, а через 6—8 часов, когда оно охладится, расфасовывают в ту посуду, где оно и будет храниться. Банки закрывают пергаментной бумагой, завязывают и ставят в прохладное сухое место.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ВИШНИ (на 1 кг вишен — 1 200 г сахара; $\frac{3}{4}$ стакана воды).

Для варенья рекомендуется вишня владимирская, шубинка и другие сорта с темно-красной окраской.

Промыть вишни в холодной воде. Вынуть косточки, ягоды положить в эмалированную или из нержавеющей стали посуду, пересыпать сахарным песком и выдержать 2—3 часа. Затем их переложить в таз и варить сначала на слабом огне (снимая пену), а затем при несколько большем кипении до готовности.

Готовое варенье снять с огня, тщательно удалить пену, охладить и перелить в стеклянные банки. Можно также снять варенье с огня и вылить в кастрюлю через дуршлаг, ягоды разложить в банки, а сироп проварить еще 8—10 минут и в горячем виде залить им ягоды, охладить. Закрывать банки чистой бумагой, перевязать и поставить в сухое прохладное место.

ВАРЕНЬЕ ИЗ КЛУБНИКИ (на 1 кг ягод — 1 200 г сахара).

Очистить ягоды от стебельков, промыть в холодной воде, осторожно, стараясь не помять, откинуть на сито, чтобы вода стекла.

Уложить в блюдо, засыпать сахарным песком ($\frac{1}{2}$ всего количества) и поставить в холодное место на 6 часов. После этого всыпать в таз остальной сахар, осторожно слить в него сок с ягод, размешать, поставить на легкий огонь, вскипятить, опустить в таз ягоды. Варить на небольшом огне, время от времени встряхивая таз и удаляя пену. В дальнейшем, когда варенье будет готово, снять его с огня, тщательно удалить пену, охладить, перелить в эмалированную посуду, охладить и переложить в стеклянные банки. Закрывать банки чистой бумагой, перевязать и поставить в сухое прохладное место. Так же варят варенье из малины и земляники.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ (на 1 кг ягод — 1300—1500 г сахара; 1 стакан воды).

Очистить ягоды от веточек, срезать усики. Промыть холодной водой, выложить на сито, ошпарить кипятком и дать воде стечь.

Положить в таз сахар, залить водой, довести сироп, все время помешивая, до кипения, положить в него ягоды и варить до готовности, снимая пену и время от времени встряхивая таз.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ЯБЛОК (на 1 кг яблок — 1—1½ кг сахара; ¾ стакана воды).

Варенье можно сварить из любых яблок, но кислые развариваются, и поэтому, если хотят, чтобы куски яблок сохранили форму, используют преимущественно сладкие яблоки — коричные, боровинку и т. п.

Вымыть яблоки в холодной воде, очистить от кожицы, нарезать дольками, удалив сердцевину.

Приготовить сироп. Опустить в кипящий сироп яблоки и варить в несколько приемов, с перерывами 1—2 часа, пока дольки не станут прозрачными.

ПОВИДЛО ИЗ ЯБЛОК (на 1 кг яблок — 500 г сахара; ½ стакана воды).

Промыть яблоки, очистить их от кожицы и сердцевины. Нарезать кусочками, сложить в посуду. Добавить немного воды и поставить на огонь.

Когда яблоки станут мягкими, протереть их вместе с отваром сквозь волосное сито, добавить сахар и варить, помешивая, до загустения (приблизительно полтора часа).

Так же варят повидло из слив, айвы, абрикосов.

МАРМЕЛАД ИЗ ЯБЛОК ИЛИ АЙВЫ (на 1 кг фруктов — 500 г сахара).

Вымыть в холодной воде яблоки или айву. Осторожно вырезать сердцевину.

Испек в духовке до мягкости. Протереть сквозь волосное сито, добавить сахар, поставить на маленький огонь и варить, помешивая, до загустения.

Подогреть стеклянную банку, выложить горячий мармелад, разровнять, посыпать сверху сахарным песком. Закрывать банку пергаментной бумагой, завязать. Хранить в прохладном сухом месте.

ВАРЕНЬЕ ИЗ БРУСНИКИ (на 1 кг ягод — 500 г сахара).

Это варенье обычно подают к мясным блюдам и кушаньям из птицы и дичи.

Перебрать бруснику, выложить на решето, обдать кипятком, дать воде стечь.

Положить сахар в таз для варенья, залить водой, вскипятить, высыпать ягоды. Варить до готовности.

Готовое варенье остудить и переложить в банки.

ПЮРЕ ИЗ СВЕЖЕЙ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ (на 1 кг ягод — 2 кг сахара).

Можно сохранить ценные пищевые и вкусовые качества свежей черной смородины, приготовив из нее холодным способом пюре, которое хорошо хранится в течение всего зимне-весеннего сезона.

Вымыть очищенные от веточек спелые ягоды черной смородины холодной кипяченой водой. Откинуть на решето и дать ягодам хорошо просохнуть. После этого пропустить их через мясорубку или растолочь в фарфоровой ступке, смешать с сахаром и положить в стеклянные банки или бутылки с широким горлышком. Закрывать пергаментной бумагой, завязать, поставить в сухое прохладное место.

ЗАГОТОВКА МЯСНЫХ И РЫБНЫХ ПРОДУКТОВ

СОЛОНИНА (на 10 кг мяса — 1 кг соли; 10—15 г химически чистой селитры; для рассола на 10 л воды — 2 кг соли).

К посолу мяса можно приступить через несколько дней (2—3 суток) после убоя животного. До посола мясо хранят в прохладном месте.

Мясо, предназначенное для посола, рубят крупными кусками, освобождают от костей и натирают со всех сторон солью, смешанной с селитрой (посолочная смесь). Напоминаем, что селитра должна быть кристаллической и химически чистой, без посторонних запахов.

На дно деревянной тары — бочки или кадки (подготовленной, как указано в рецептах соления овощей) выкладывают, плотно прижимая друг к другу, куски мяса, посыпая их сверху посолочной смесью, а затем кладут следующие ряды мяса и, перемежая их посолочной смесью, заполняют тару доверху.

Бочку или кадку закрывают деревянным кружком, кладут на него груз и переносят в погреб или другое холодное место; через сутки солонину заливают охлажденным рассолом (не выше 5°).

Рассол готовят из горячей кипяченой воды, в которой растворяют соль и селитру. Рассол должен полностью покрывать мясо.

Примерно через 3½ недели с момента посола солонина готова.

Для улучшения вкуса солонину при закладывании ее в бочки можно посыпать по рядам молотым перцем и лавровым листом (на 1 кг соло-

нины немного менее ¼ чайной ложки перца и 1—2 лавровых листика).

Обычно для приготовления первых и вторых блюд из солонины ее вымачивают, чтобы удалить излишек соли; кладут в посуду, заливают холодной питьевой водой (на 1 кг мяса — 2 л воды), ставят на холод и в течение 12 часов (это время необходимо для удаления излишков соли) три-четыре раза меняют воду.

Если из солонины хотят приготовить котлеты, биточки или другие рубленые мясные изделия, ее нарезают мелкими кусочками, заливают холодной водой и через 4—5 часов, слив воду, пропускают через мясорубку.

СВИНОЙ СОЛЕННЫЙ ШПИК (на 15 кг шпика — 1 кг соли).

Нарезать подкожное свиное сало (без шкурки), кусками одинакового размера. Куски толстого шпика надрезать для лучшего проникновения в них соли.

Промытую и хорошо высушенную деревянную тару (бочку или плотный ящик) выстлать пергаментной бумагой и высыпать на него слой соли.

Куски шпика тщательно и со всех сторон натереть сухой солью, а затем выложить их плотными рядами в тару, пересыпая каждый ряд слоем соли. Заполненную тару закрыть деревянным кружком (ящик — крышкой), наверх положить небольшой груз (булыжник).

Хранить шпик при температуре не выше 3°.

Через несколько дней после посола открыть тару и переложить нижние куски шпика наверх.

СВИНОЙ ОКОРОК ИЛИ ЛОПАТКА СОЛЕНЫЕ (на 5 кг свинины — 250—300 г соли; 1 чайная ложка сахара; для рассола — 2—2½ л воды; 125 г соли; примерно 10 г селитры; 1 столовая ложка сахара).

К посолу свиных окорочков и лопаток можно приступить через 2—3 суток после убоя животного. Перед посолом мясо хранят в холодном помещении.

Для посола окорочков и лопаток используют хорошо промытую, ошпаренную и высушенную деревянную тару — небольшие бочонки или кадки.

Зачищенные окорока и лопатки натирают со всех сторон смесью соли, селитры и сахара, выкладывают в тару, плотно прижимая друг к другу, посыпают сверху солью и, закрыв тару деревянным кружком, выносят на холод.

Через 5—6 дней окорока залить рассолом.

Воду для приготовления рассола кипятят с солью, сахаром, селитрой и охлаждают. Перед заливкой окорока перекладывают: нижние — вверх, а верхние — вниз. После заливки тару закрывают кружком, на кружок кладут груз.

Посол окорочков продолжается около месяца. За это время три-четыре раза меняют рассол и перекладывают нижние окорока наверх.

Соленые окорока и лопатки используются для варки, копчения, запекания.

СВИНОЙ СОЛЕННЫЙ ОКОРОК, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ТЕСТЕ.

Замочить соленный окорок (для удаления излишков соли) в холодной питьевой воде. Через 5—6 часов проверить окорок и при необходимости продолжать вымачивание, сменив воду (в теплое время года замачивание окорока можно проводить во избежание порчи продукта только в холодном помещении).

Вынуть окорок из воды, очистить, вытереть чистой тканью и покрыть со всех сторон равномерным слоем ржаного теста (мука и вода). Положить на противень и запечь в русской печи или в духовом шкафу. Готовый окорок легко прокалывается тонкой заостренной лунчиком. Запекание продолжается обычно 3—3½ часа.

Нарезать ломтиками, подать холодным или горячим.

КОЛБАСА И СОСИСКИ ДОМАШНИЕ (на 1 кг свиной мякоти — неполная столовая ложка соли; ¼ чайной ложки молотого перца; 1 зубчик чеснока).

Для приготовления колбасы требуется фарш и оболочка. Оболочкой обычно служат толстые и тонкие кишки свиной туши, которые необходимо очень тщательно подготовить (отделить от желудка и брыжейки, отжать от содержимого и неоднократно прополоскать холодной водой).

Снять тупой стороной лезвия ножа жир с наружной поверхности кишок, замочить их в воде (толстые — теплой, толстые — более горячей). Через 4 часа кишки вынуть из воды, при помощи небольшой круглой палочки вывернуть наизнанку и тупой стороной лезвия ножа соскоблить с них слизистую оболочку. После этого кишки многократно сполоснуть холодной водой, вывернуть на лицевую сторону, завязать один конец бечевкой.

Для приготовления фарша используют свиное,

не слишком жирное мясо, которое нарезают мелкими кусочками (по 10 г). Фарш заправляют солью, молотым перцем и измельченным чесноком, тщательно все размешивают, плотно набивают фаршем кишку, завязывают другой ее конец.

Для приготовления сосисок используют тонкие кишки. Фарш для них дважды пропускают через мясорубку.

Напоминаем, что сырая колбаса и сосиски быстро портятся, поэтому их отваривают или жарят не позже чем через сутки после изготовления. Тотчас же после закладывания фарша в оболочки колбасу и сосиски помещают в холодное место.

СОЛЕНАЯ РЫБА (на 1 кг рыбы — для умеренного посола 150 г соли, для крепкого — до 300 г соли).

Для посола в домашних условиях используют преимущественно воблу, тарань, чехонь, жереха, сазана, линя, хамсу, уклейку, плотву и т. п.

Мелкую рыбу солят непотрошенной и с чешуей. Более крупные экземпляры потрошат, оставляя только икру или молюки. Крупную и в особенности толстую рыбу рекомендуют перед посолом распластать, то есть разрезать вдоль спинки, и удалить из нее все внутренности.

Солить рыбу лучше всего в день улова или покупки. Наилучшей тарой для посола считают небольшие деревянные бочонки.

Перед посолом рыбу промывают холодной водой, дают воде стечь, но не сушат, чтобы соль хорошо прилипла к рыбе.

Мелкую рыбу выкладывают в таз, посыпают солью, перемешивают и закладывают в тару; заполнив тару доверху, ее закрывают кружком, а сверху кладут груз.

Более крупную рыбу (весом 100—250 г) после промывания натирают солью против чешуи, складывают рядами (брюшком вверх) в тару, каждый ряд пересыпая солью. Верхний слой соли должен быть толще нижних.

Крупные экземпляры рыбы (весом 500 г) после потрошения через разрез на брюшке промывают, пересыпают внутри и в жабрах солью, укладывают в тару рядами (брюшком вверх), пересыпая ряды солью. Закрывают тару кружком и кладут наверх груз.

Крупную и толстую рыбу после потрошения моют и пластуют. Толстые места надрезают, посыпают солью и в распластанном виде (кожей вниз) размещают рядами в таре, пересыпая каждый ряд солью.

Сразу после посола рыбу переносят в холодное помещение.

Мелкая рыба готова к использованию через 2—3 дня; более крупная — через 5—10 дней; потрошенная крупная рыба — через 3—6 дней; крупная пластованная — через 5—10 дней.

ВЯЛЕНАЯ РЫБА (на 1 кг рыбы — 150 г соли).

Для вяления наиболее подходят вобла, тарань, чехонь, рыбец, лещ.

Рыбу вялят после посола, который проводят, как указано в предыдущем рецепте. Ее нанизывают на шпагат по 4—6 штук, промывают несколько раз в холодной питьевой воде и вывешивают на воздухе, под навес, защищающий от дождя и прямых лучей солнца.

Вяление мелкой рыбы продолжается 3—5 дней, крупной — 15 дней.

Вяление лучше всего проводить весной, в прохладную ветреную погоду.

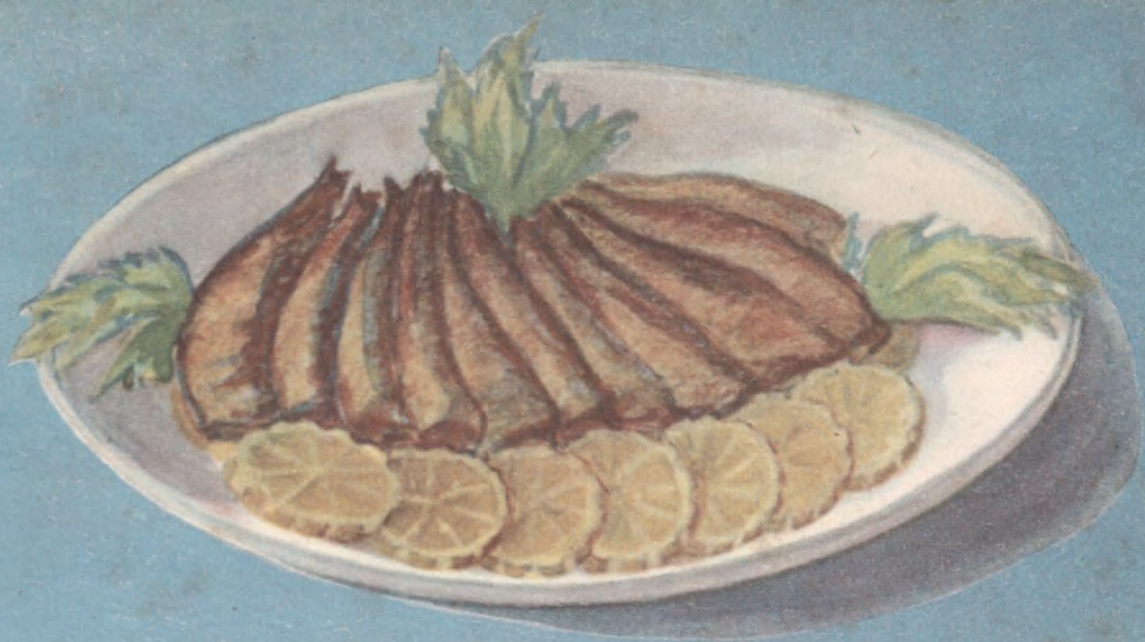


Рис. XIV. Шпроты.



Рис. XV. Салат.

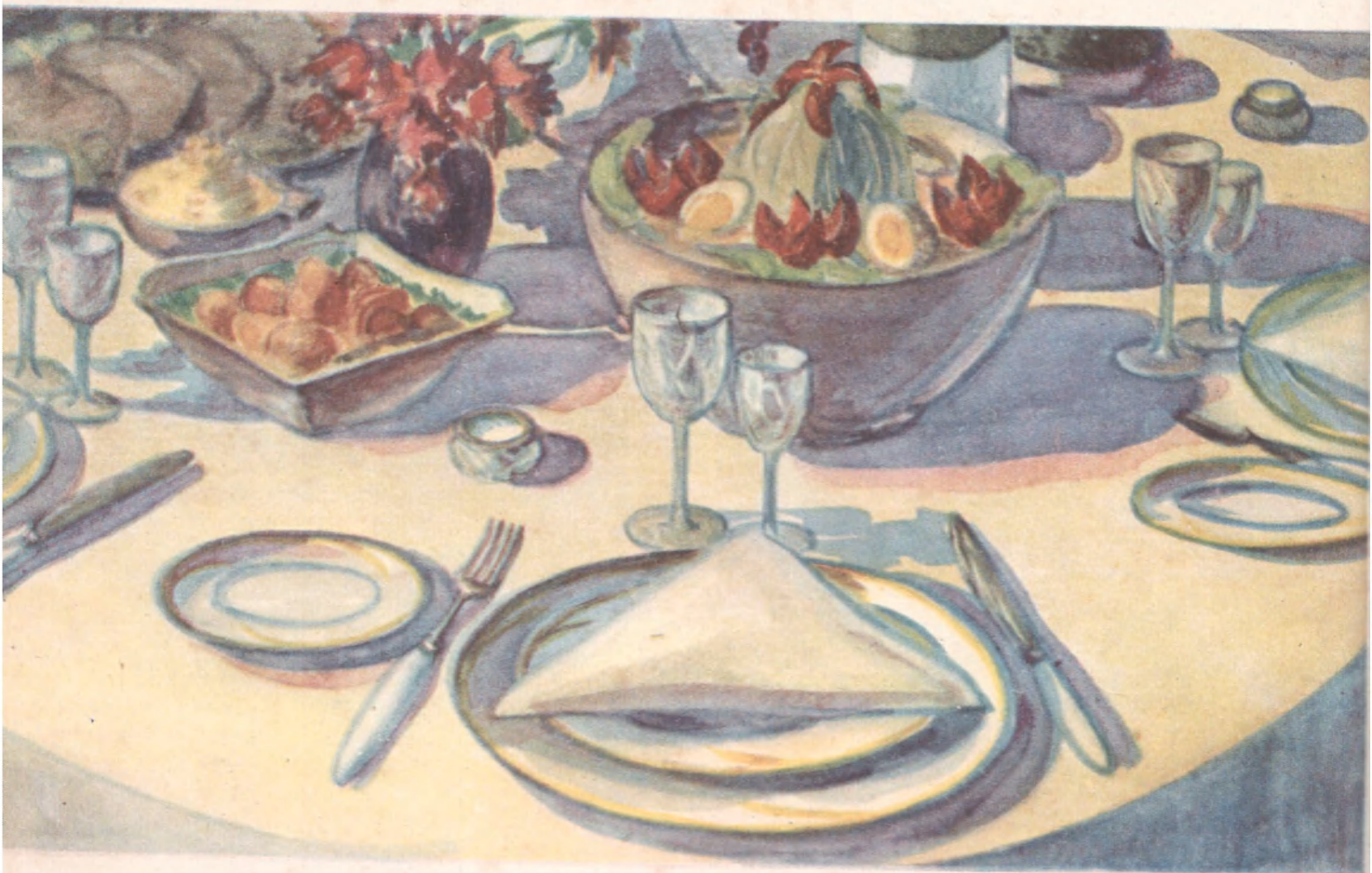


Рис. XVI. Оформление праздничного стола.



К ВАМ ПРИШЛИ ГОСТИ

Каждый народ имеет свои традиции и обычай в проведении праздников, отдыха, развлечениях. Советский народ, построивший свободную от эксплуатации жизнь, создал новые праздники, посвятив их самым светлым и радостным датам.

Оживление, веселье, музыка, яркие, красочные колонны демонстрантов, нарядные, празднично убранные улицы, вечерние иллюминации, разноцветные огни салюта стали дорогой для нас традицией революционных праздников. Даже во мгле полярной ночи, на льдине участники арктических экспедиций выходят на демонстрацию и салютом приветствуют праздник Великого Октября. По-весеннему радостно, шумно проходят праздники, посвященные 1 Мая.

День Советской Армии, День нашей славной советской молодежи, День шахтера, строителя, железнодорожника, физкультурника, дни летчиков, моряков, артиллеристов, танкистов отмечают все советские люди. Мы не забываем послать к этому дню «виновникам» торжества наши поздравления и дружеские пожелания.

Нашему народу присуще высокое чувство коллективизма. Многие праздники, которые раньше отмечались только в узком семейном кругу, наша молодежь хочет разделить

со своими друзьями, товарищами по труду и учебе, провести их в своем коллективе.

Такая новая традиция возникла в проведении свадеб, дней рождения, в праздновании совершеннолетия, призыва в армию, окончания школы, техникума или вуза.

Друзья и товарищи по работе отмечают и такое знаменательное событие в жизни молодой семьи, как рождение ребенка.

Высокая правительственная награда за отличный труд, творчество, изобретение — праздник всего коллектива.

Новые традиции нужно развивать и внедрять в наш быт. Они выражают те глубокие, чистые, искренние отношения дружбы и взаимопомощи, которые существуют в нашем обществе.

Новые наряды, сверкающая чистота нашего дома, торжественный обед или ужин, цветы, подарки — все это тоже глубоко проникшие в наш быт праздничные традиции.

Стало обычаем дарить женщине — матери, жене, сестре, подруге — подарки в день ее праздника — 8 марта. Зайдите в магазины накануне этого дня — сколько шумных покупателей выбирает красивые и нарядные вещи для женщин! Сколько букетов, коробок конфет, флаконов духов приносят домой мужья, сыновья, братья, друзья!

Признайтесь, дорогие читатели, что пред-

праздничные хлопоты и суета совсем не кажутся докучными. И вы с удовольствием готовитесь к приему гостей. Эти встречи с друзьями за праздничным столом — одна из широко распространенных традиций отдыха и развлечений нашего радушного и гостеприимного народа.

Итак, вынут из духовки пирог, салаты украшены зеленью, разложены на тарелках ломтики розовой ветчины, расставлены закуски и вина. Стол накрыт. Но не забыли ли вы о самом главном — о том, чтобы праздник был веселым и приятным и для ваших друзей и для вас самих?

Вы, наверное, согласитесь, что приемы гостей, встречи с друзьями устраивают не только для совместного обеда или ужина. Не правда ли, в тех домах, куда приглашают только для того, чтобы накормить самыми изысканными блюдами, бывает порой скучно и неинтересно. Правда, пирожки были удивительно вкусными и салат превосходным, но разве стоило терять целый вечер только ради «пищевых радостей» и «гастрономических удовольствий», которые можно, собственно, получить и у себя дома?

Быть может, вам в первый раз предстоит принять друзей и родных, выступить в роли хозяев дома, умеющих объединить всех приглашенных, создать ту искреннюю и дружескую обстановку, без которой не может быть ни настоящего веселья, ни приятного отдыха. Правда, вы, наверное, уже успели много раз побывать на различных вечеринках и на семейных праздниках, но вам вряд ли до сих пор приходилось задумываться над тем, почему в гостях у одних друзей было скучно и вы чувствовали себя натянуто, у других было хотя и весело, но уж очень шумно, а у третьих, наконец, вечер прошел хорошо, приятно.

Конечно, нет и не может быть каких-либо рецептов веселья для всех случаев жизни, для разных людей, вкусов и настроений. Но существуют неписанные законы, традиции нашего общежития, которые говорят, что и шутки, и песни, и танцы, и игры должны отличаться хорошим вкусом, тактом и некоторой сдержанностью.

Существует много увлекательных и занимательных игр, построенных на ловкости, сообразительности, хорошей смекалке или догадливости играющих.

Есть чудесные песни. Веселые или грустные, они трогают нас своей задушевностью. Когда мы их слышим, то готовы ино-

гда простить того из гостей, который из-за отсутствия слуха время от времени фальшивит, нарушая стройность хора, но поет зато с увлечением, подъемом.

Сколько веселых плясок и танцев знаете вы и ваши друзья! Как красивы лезгинки, молдаванески, украинские казачки, белорусские крыжачки и задорные русские пляски, медленные, полные изыска вальсы, быстрые, стремительные мазурки!

В каждом возрасте свои развлечения. В то время как ваших молодых друзей забавляют шумные игры, танцы, более взрослые гости отдают предпочтение беседе, их улыбку вызывает чей-нибудь остроумный и забавный рассказ. Обязанность хозяев дома — быть внимательными ко всем гостям.

Заранее отведите место для танцев, проверьте исправность радиолы, патефона, проигрывателя, купите иголки и пластинки, недостающие струны для гитары, устройте уголок для шахматистов и постарайтесь, наконец, свести вместе интересных собеседников, чтобы они нашли общую тему.

Совсем не обязательно, чтобы все приглашенные были связаны одной профессией или одинаковой деятельностью. Напротив, подчас люди разных профессий могут быть особенно интересны друг для друга, а беседа их особенно содержательной. Однако люди совершенно различного возраста труднее входят в необходимый контакт. Чем лучше, дружнее, внимательнее отношения между гостями, тем легче выполнять обязанности хозяев дома, тем полнее и искреннее будет веселье, и, что особенно ценно, веселье возникает само, без усилий и нажима.

А главное, будьте сами приветливы и в веселом, добром настроении — это важнее всего.

Опытные хозяйки считают, что удобнее приглашать гостей либо на вечер накануне выходного дня — к ужину, либо в выходной день к обеду.

На Октябрьские праздники советуем пригласить ваших друзей к обеду 7 ноября, после окончания демонстрации. Совершив прогулку по городу, они придут к вам в самом лучшем, оживленном настроении, полные впечатлений, а главное — с большим аппетитом, что особенно приятно каждой гостеприимной хозяйке.

Майские праздники, если они выпадают на теплые весенние дни, можно отметить, приглашая друзей на загородную прогул-

ку и устраивая в этом случае праздничный стол «на траве».

Встречу Нового года обычно назначают 31 декабря на 11 часов вечера, с таким расчетом, чтобы все приглашенные успели до 12 часов ночи слегка закусить за общим столом.

Праздник для вашего малыша, его день рождения или елку устраивайте в 4—5 часов дня. Выспавшись после обеда, и он сам и его маленькие гости бывают в это время в самом веселом и добродушном настроении.

Знаменательные даты и семейные торжества, если их хотят отметить только в узком семейном кругу, празднуют вне зависимости от того, совпадают ли эти даты с общими выходными днями. Особенно близких людей в этом случае удобнее всего пригласить к обеду. Но если вы хотите, чтобы более широкий круг друзей разделил с вами праздник, перенесите его на вечер, предшествующий выходному дню.

Прежде чем приглашать гостей, подумайте, сколько человек может вместить ваша комната, и не уговаривайте себя, что, если потесниться, можно позвать еще несколько человек.

Вопреки старинной поговорке «В тесноте — не в обиде», на деле может получиться обратное. Теснота создает излишнюю суету, беспорядок, и кое-кто из ваших друзей может обидеться из-за отсутствия внимания, которое вы при скученности, шуме, беспорядке не могли ему оказать.

Если в вашем распоряжении одна комната, ее нужно тщательно подготовить для праздничного приема. Прежде всего необходимо максимально освободить помещение от ненужных для данного случая вещей. Ваши соседи, наверное, не будут возражать, если в общую прихожую на один вечер вынести из комнаты, к примеру, письменный стол. Кровать можно превратить в диван, убрав постельные принадлежности и накрыв ее ковром или декоративной тканью.

Но, вынося из комнаты лишние вещи, не следует все же оголять помещение и лишать его уюта.

Перед приходом гостей не забудьте освободить вешалку в прихожей от лишних вещей. Перед зеркалом на столик положите щетки — одежду и для обуви, приготовьте место для шляп и перчаток.

Не забудьте также поставить в прихо-

жей один-два стула, в ванной комнате повесьте чистое полотенце и положите мыло.

В одной комнате рекомендуется начинать прием с ужина или обеда, приглашая собравшихся гостей к столу, полностью сервированному до их прихода. После окончания еды освобождают место для танцев и стол отодвигают. На этот стол можно поставить вазу с фруктами, бутылки с прохладительными напитками, десертные тарелки (стопкой), фруктовые приборы и бокалы.

Если гости приглашены к вечернему чаю или к легкому ужину, сервировку стола можно проводить и в их присутствии, в перерыве между развлечениями и танцами. В этом случае до прихода гостей подготавливают все предметы сервировки, раскладывают на тарелки, вазы или в салатницы закуски и сладости.

Если вы располагаете двумя комнатами или отдельной квартирой, можно начать вечер танцами, играми или другими развлечениями, а затем уже пригласить друзей перейти в другую комнату, где приготовлен ужин. После окончания ужина всем предлагают перейти в первую комнату, убирают стол и сервируют чай, кофе или прохладительные напитки.

Двери столовой до того, как приглашают обедать или ужинать, держат закрытыми. Если вы хотите, чтобы кушанья, стоящие на сервированном столе, не потеряли свежести, а ваши гости с аппетитом поужинали, откройте окно или форточку и не закрывайте, пока в эту комнату не соберутся приглашенные.

Сервировку стола для обеда или ужина нужно проводить за полтора-два часа до прихода гостей. Все приборы, тарелки, вазы с цветами и фруктами, рюмки и бокалы, судки, солонки, салфетки нужно к этому времени поставить на свои места. Но тарелки с закусками, напитки, которые подают охлажденными, вы поставите непосредственно перед тем, как приглашать гостей к столу. Поэтому закуски и кушанья, требующие сложного оформления, подготовьте заранее и сохраните их в прохладном месте, а те, которые не требуют сложных украшений, разложите на тарелочки только тогда, когда все приглашенные будут в сборе.

Можно организовать и своеобразный прием гостей, когда приглашенные делают все сами, начиная от приготовления кушаний, сервировки стола и кончая уборкой

посуды, помещения. Приглашают на такой вечер только самых близких друзей. Конечно, ваши обязанности как хозяев все же и при таком приеме отличаются от обязанностей гостей.

Прием гостей, о котором мы говорим, может быть организован так, чтобы хозяйка заранее запаслась необходимыми продуктами, а пришедшие гости вместе с ними быстро и без особых хлопот приготовили ужин.

Но можно договориться, чтобы каждый из гостей захватил с собой небольшое количество закусок и напитков. В этом случае хозяева заранее должны приготовить одно-два горячих кушанья.

Лучше всего устраивать такие приемы вечером, приглашая друзей к ужину, а не к обеду, так как обед требует более длительного приготовления, а ужин может состоять из холодных закусок и готовых гастрономических продуктов, которые нужно только нарезать, выложить на тарелки, украсить и подать к столу.

Если вы хотите, чтобы к ужину было подано горячее кушанье, то, во всяком случае, ограничьтесь одним и выбирайте такое, которое требует минимального времени для приготовления. Очень удобным для приема гостей, которые обслуживают сами себя, является ужин с пивом (см. стр. 222).

ПРАЗДНИЧНЫЙ СТОЛ

ЗАКУСКИ И НАПИТКИ

При составлении меню праздничного ужина, обеда или вечернего чая не увлекайтесь и наметьте не более двух блюд домашнего приготовления, а остальные кушанья и закуски покупайте готовыми. Стол, на котором будут стоять ваши собственные кулинарные «произведения», возможно, не обнаружит в полном блеске кулинарного искусства хозяйки, но зато и риск обнаружить вашу кулинарную неопытность также значительно уменьшится.

Кроме того, красиво разложенный на тарелке или вазе готовый салат, украшенная веточками зелени ветчина, консервы, аппетитно убранные маслинами, ломтиками лимона, огурцов, также свидетельствуют об умении и вкусе хозяйки дома.

Вторые горячие блюда можно приготовить из полуфабрикатов — это и быстрее и удобнее.

Вам хочется испечь сладкий пирог. Это очень хорошо, но не готовьте сразу несколько разных пирогов, так как у вас для этого не хватит ни времени, ни опыта, а если вам кажется, что одного сладкого пирога недостаточно, доверьтесь кондитерской фабрике — купите готовый торт.

Советуем также не брать всю подготовку и покупку закусок на себя одну. Пусть вам помогут домочадцы.

Для того чтобы пища вызвала аппетит, она должна быть не только вкусной, но и разнообразной.

Покупая рыбную гастрономию, следует выбирать одну рыбу горячего копчения, к примеру — осетрину, севрюгу, белугу, морского окуня, а вторую — холодного копчения или вяленую. Они значительно отличаются по вкусу друг от друга, причем рыба горячего копчения менее солона, мягче и нежнее, а рыба холодного копчения или вяленая — острее и жирнее. Очень приятным вкусом отличаются семга, лососина, балыки и теши.

При покупке сельди для приготовления закуски «сельдь натуральная с гарниром» выбирайте наиболее жирную и малосольную. Если же вы хотите приготовить сельдь рубленую (форшмак), то для этой закуски пригодна почти любая сельдь, кроме маринованной или пряного посола.

Помимо широко известных рыбных консервов в масле, томате и пряном посоле, обратите внимание на так называемые натуральные рыбные консервы. Из них вы можете легко приготовить очень вкусную закуску. Консервированные дальневосточные лососевые рыбы (горбуша, кета и др.) выкладывают из банки на тарелку и заливают соусом, приготовленным из готового майонеза (2 столовые ложки), смешанного с горчицей (1 чайная ложка). Не забудьте также приобрести баночку консервированных крабов, они обладают нежным вкусом и входят в состав многих деликатесных салатов.

Для того чтобы ваш стол был разнообразнее, колбасные изделия также нужно покупать небольшими количествами, но по

возможности разных сортов, к примеру: 150 граммов твердокопченной колбасы, 350 граммов любительской, 250 граммов зельца или фаршированной. Мы рекомендовали бы и вместо 500 граммов ветчины, которую вы, предположим, хотели купить, приобрести 250 граммов буженины и 250 граммов ветчины.

Сыры можно использовать и как закуску и как десерт. Покупая сыр для закуски, выбирают более острый, такой, как латвийский, дорогобужский, медагский, ярцевский, рокфор, для десерта — швейцарский, советский и другие.

В овощном магазине для вашего праздничного стола можно приобрести разнообразные готовые закуски — кабачковую и баклажанную икру, баклажаны, поджаренные ломтиками, фаршированный перец, маринованные и соленые грибы (белые, подосиновники, маслята, опята), капусту провансаль, консервированный или свежемороженый зеленый горошек. Все эти овощные закуски можно использовать натуральными, просто выложив на тарелки или вазочки, или заправить по вкусу. Маринованные грибы, к примеру, можно, вынув из банки, полить подсолнечным маслом и украсить зеленым, мелко нарезанным луком или приготовить из них грибную икру.

Не забудьте приобрести в овощном магазине и приправы — горчицу, уксус, хрен.

Приготавливая блюда для праздничного обеда, старайтесь также внести необходимое разнообразие. Лучше, если одно блюдо — рыбное, а другое — мясное, если же оба блюда, к примеру, из рыбы, то одно должно быть жареным, а второе отварным.

Сколько и какое количество продуктов нужно покупать для приема гостей, для праздничного обеда или ужина? На этот вопрос ответить нелегко, не зная ваших гостей, их аппетит. Но для определения необходимого количества продуктов можно исходить из того, что обычный обед, состоящий из супа, второго блюда, сладкого и хлеба, весит в среднем 1 100—1 200 г. Такой обед хорошо насыщает человека со здоровым нормальным аппетитом. Можно, бесспорно, только приблизительно и с необходимыми поправками исходить из этого весового количества пищи на одного человека, учитывая, что продукты разнородны не только по своей питательности, калорийности, но и по способности насыщать.

Праздничный обед, состоящий из нескольких закусок, супа, двух, а иногда и



трех вторых горячих блюд, сладкого и фруктов, будет, конечно, весить более 1 200 г на одного человека. Для того чтобы ваши гости могли все отведать, необходимо значительно уменьшить каждую порцию по сравнению с порциями обычного обеда.

Парадный ужин может состоять из боль-

шого количества закусок, так как в его составе отсутствует такое сытное и объемное кушанье, как суп. Понятно, что ассортимент продуктов зависит и от того, сколько вы хотите на это затратить, от сезона и от состояния продовольственного рынка к моменту, когда вы готовитесь к приему гостей.

Виноградные вина так же, как и водку, относят к алкогольным напиткам, но разница между ними велика. Вред и бедствия алкоголизма, как правило, вызваны злоупотреблением водкой. По воздействию на организм, по вкусу и пищевым качествам водка — грубый, резкий алкогольный напиток, и ее вполне можно заменить небольшим количеством виноградного вина или пива.

Праздничный вечер, как и вообще дружеские встречи, может быть веселым и оживленным и без алкогольных напитков.

Но если вы покупаете вино для ваших гостей, то надо в нем разбираться.

Вкусовое сочетание вина и пищи основано в большинстве случаев на однородности вкусовых ощущений либо на особом свойстве данного вина смягчить вкус продукта. Белое столовое вино, например, принято подавать ко многим не острым рыбным кушаньям. Красное сухое виноградное вино, в особенности кахетинское, хорошо сочетается с блюдами кавказской и среднеазиатской кухни — пловами, шашлыками и т. п. В этом случае, кроме вкусового соответствия, терпкость вина и некоторая кислотность его смягчают жирность кушанья, чем улучшают его вкус. В то же время и особые вкусовые и ароматические свойства продукта или кушанья, скажем — шашлыка, способны подчеркнуть вкус и запахи кахетинского вина.

Столовые, сухие, белые и красные вина (сухими их называют потому, что сахар винограда перебродил в них почти полностью, «досуха») приготовлены из натурального виноградного сока, без примеси сахара или спирта. Эти вина обладают тонким ароматом и небольшой крепостью (от 9 до 14%).

Характерной особенностью белых виноградных столовых вин (Абрау-Рислинг, Цинандали, Алиготе) является приятная кислота и свежесть, то есть то ощущение холода, которое они оставляют во рту. Благодаря этим своим особенностям белые столовые вина утоляют жажду и находят наиболее широкое применение в жаркие

летние месяцы в отличие от красных столовых вин, вызывающих ощущение теплоты, чем и объясняется то предпочтение, которое отдают красному вину в холодное время года. По этим же причинам белое вино вкуснее слегка охлажденным, а красное — немного подогретым (не выше комнатной температуры).

Белые столовые вина рекомендуются подавать ко всем разновидностям отварной, паровой и жареной рыбы, к крабам, натуральным рыбным консервам, сыру.

Для красных виноградных столовых вин (Каберне, Матраса и др.) характерна терпкость вкуса, которая в достаточно выдержанных хороших винах этой группы сочетается с некоторой кислотностью. Красные вина острее, чем белые. Их используют к мясным горячим кушаньям — беф-строганову, бифштексам, эскалопам, свиным отбивным и натуральным котлетам, тефтелям, зразам, рубленным котлетам, жареной свинине, баранине, печечке, почкам, а также кушаньям из домашней птицы и дичи.

Если вы или ваши друзья не любите столовых виноградных вин, замените их полусладкими. Полусладкие столовые вина характеризует само их название. К лучшим из них нужно отнести грузинские вина: № 19 — Твиши, № 20 — Хванчкара, № 26 — Тетра и армянские полусладкие вина — Воскеат, Мигры, а также Российское полусладкое и др.

Полусладкие вина подают к овощным блюдам из зеленого горошка, цветной капусты, баклажанов, помидоров, кабачков, к жареным или тушеным грибам, ко всем кушаньям из фаршированных овощей, овощным рагу и т. п.

Белые полусладкие вина подают к блюдам из рыбы и птицы, красные — к мясным.

К крепким виноградным винам относят портвейн, мадеру, херес, марсалу. Они обладают значительной крепостью (до 20% спирта) и умеренной сладостью.

Крепкие виноградные вина подают к первым блюдам — бульонам и супам; их подают также и ко вторым горячим мясным кушаньям вместо красных столовых вин, если предпочитают более сладкий вкус напитка.

В ассортименте десертных вин — мускаты и токаи. Мускатные вина — белые, розовые, черные — с большим искусством вырабатываются крымскими виноделами, а также

винодельческими хозяйствами` Армении и Ставропольского края.

К числу широко известных десертных вин принадлежит и кагор. Тем, кто любит очень сладкие вина, можно порекомендовать так называемые ликерные — Салхино, Кара-Чанах и Кюрдамир.

Десертные сладкие вина подают к сладким блюдам. Вкус этих напитков особенно подходит к горячим сладким кушаньям — пудингам, гурьевской каше, гренкам с фруктами, яблокам, запеченным в тесте, сладким блинчикам и т. п. Эти же вина хороши и к кондитерским изделиям, сладким пирогам, тортам, пирожным.

Шампанское издавна считают вином праздников, веселья и тостов. Это легкое, прозрачное вино «играет», выделяя красивую кружевную пену. Шампанское придает праздничный, торжественный вид вашему столу. Оно относится к тем редким напиткам, которые могут сопровождать почти любые блюда и закуски, конечно, за исключением острых или соленых. Вместо всякого другого вина вы можете подавать его за обедом или ужином.

Полусухое шампанское вкусно с кушаньями из нежного мяса, с жареными или отварными цыплятами, его можно подавать и к блюдам из дичи. Сладкое шампанское подают к холодным десертным кушаньям, мороженому, пломбиру, желе и т. п.

Пиво — слабоалкогольный напиток; количество спирта в нем колеблется от 1,5 до 6%. Приятная легкая горчинка, легкий хмелевой или солодовый привкус, стойкая пена — вот те качества, которые ценят в этом напитке. По цвету пиво подразделяется на светлое и темное. Светлое пиво обычно обладает хмелевым привкусом, а темное — солодовым. К наиболее популярным и лучшим разновидностям светлого пива относятся: Рижское, Московское, Жигулевское, Ленинградское, а к темным — Украинское, Карамельное, Портер, Бархатное, Мартовское.

Рекомендуют пиво преимущественно ко второму завтраку или к обеду, но в таком случае совсем не подают вина, и, уж, конечно, никогда, ни при каких условиях пиво нельзя мешать с водкой.

Из закусок к пиву лучшими считают раков, крабовые консервы и салаты, копченые гастрономические рыбные продукты, в особенности вяленую или копченую воблу, разнообразные острые сыры, специальные сухие и соленые печенья и сухарики, моченый

горох и т. п., а также колбасные изделия, преимущественно твердокопченые. Отличной закуской к пиву считаются сосиски с разными гарнирами: тушеной капустой, картофельным пюре, зеленым горошком.

Многие любят сидр. Это не вино, а особого типа яблочный, слабоалкогольный газированный напиток (крепостью 7—8%), выработанный из яблочных соков; у него аромат и вкус свежих яблок.

Газированные фруктовые напитки и столовые минеральные воды обладают ценнейшим свойством хорошо утолять жажду. Минеральные воды (только столовые, такие, как «Нарзан», «Ессентуки» № 20) используют в продолжение всего обеда, а фруктовые — обычно в конце обеда или ужина.

Приятна холодная фруктовая вода, в которую добавлено по вкусу немного виноградного вина.

ОФОРМЛЕНИЕ БЛЮД И ЗАКУСОК

Каждое блюдо необходимо подать так, чтобы оно выглядело наиболее эффектно и аппетитно (рис. XIV, XV на цветной вклейке).

Вынув из банки осетрину или севрюгу в томате и выложив ее на тарелочку, аккуратно разделите ее на небольшие кусочки и украсьте листиками салата, кружочками свежего или соленого огурца, ломтиками помидоров.

Выложив шпроты в масле на тарелку, украсьте их веточками петрушки, дольками лимона. Кильки пряного посола очистите от внутренностей, головок, хвостиков и украсьте крутыми яйцами.

Обычно все, чем украшают пищу, служит и гарниром к ней. Поэтому при выборе продуктов для оформления кушанья нужно позаботиться и о том, чтобы эти продукты находились во вкусовом соответствии с украшаемым блюдом.

Кружочки или ломтики лимона, которые вы подадите вместе со шпротами, лососиной, семгой, не только придадут этим продуктам более привлекательный вид, но и послужат наиболее вкусной приправой.

Кусочки крутого яйца, крабы, маслины и украшают салат и улучшают его вкус.

Тонкие кольца сырого репчатого лука используют для украшения селедки, потому что лук соответствует вкусу этой заку-

ки. Но тот же лук может придать другому кушанью, к примеру, отварной рыбе, неаппетитный вкус, а следовательно, и непривлекательный внешний вид.

Для украшения и оформления блюд и закусок применяют следующие продукты: овощи (варенные, маринованные, соленые); фрукты и ягоды (свежие, консервированные, свежемороженые, в виде варенья, цукатов, повидла, джема); свежую зелень; рыбные продукты (семгу, лососину, балык, красную и черную икру, крабов, раков); мясные продукты (ломтики холодного отварного или жареного мяса, птицы, дичи, языка, ветчины, буженины); застывшее желе из крепких мясных отваров; яйца (обычно сваренные вкрутую).

Кроме перечисленных продуктов, для украшения блюд широко применяют готовый соус — майонез. Этот соус вообще обладает целым рядом превосходных кулинарных качеств и по своему вкусу очень подходит к многочисленным холодным мясным, рыбным, овощным блюдам и закускам. Недаром кулинары называют его «универсальным», так как трудно найти соус, который так хорошо сочетался бы со столь разнообразными кушаньями.

Для украшения блюд майонез используют, выпуская его из бумажной трубочки.

Готовый майонез бывает обычно светлосливового цвета. Добавив в него хорошо растертый желток крутого яйца или немного готовой горчицы, можно получить майонез желтого цвета. Красное столовое вино или свекольный сок окрасит майонез в розовый или красный цвет, томат-пюре или томат-паста — в оранжевый, а готовое пюре из щавеля или шпината — в зеленый.

Выпуская из бумажной трубочки попеременно разноцветный майонез, можно сделать красивый яркий узор на таких холодных закусках, как салат, паштет, заливное и др. Чтобы рисунок не расплылся, кушанье, украшенное майонезом, хранят до подачи к столу в холодном месте.

Овощи, фрукты, ягоды, мясные и рыбные продукты, зелень и яйца дают большую гамму цветов и оттенков. Повара готовят из овощей и фруктов цветы, которые часто бывают похожими на живые. Но вырезание цветов — дело нелегкое. Оно требует опыта, навыка, сноровки.

Однако следует избегать слишком больших и сложных украшений пищи. Салат, убранный несколькими листочками свежей

зелени, должен выглядеть только как салат, а отнюдь не производить впечатление огорода; рыба должна быть рыбой, а не тортом; курица — курицей; пирог — пирогом, а не архитектурным памятником.

Прежде чем приступить к украшению пищи, часто необходимо бывает ее правильно и аккуратно нарезать. Это не так просто, как кажется. Опытная хозяйка так нарежет утку, гуся, курицу, поросенка, что все порционные куски будут почти равноценными и количество порций достаточным. Неумелая хозяйка отделит четыре-шесть хороших порций, а остальные будут содержать слишком мало мяса и много костей, либо внешний вид порций будет непривлекательным. Поэтому внимательно присмотритесь к рисункам на стр. 148; на них показано, как следует нарезать гуся, курицу, для того чтобы получить наибольшее количество равноценных порционных кусков.

Семгу, лососину, севрюгу нарезают в магазине, и ваша задача состоит только в том, чтобы привлекательнее их уложить на блюдо.

Твердокопченые колбасы попросите нарезать в магазине как можно тоньше, колбасу типа любительской, языковой — чуть потолще, а если батон колбасы большого диаметра, то его разрезают вначале на две продольные части, а затем уже нарезают ломтиками. Зельцы и фаршированные колбасы нельзя нарезать очень тонко, так как их ломтики могут развалиться.

Сыр вне зависимости от его сорта и разновидности никогда не нужно нарезать при покупке, так как от этого он быстро сохнет, теряет аппетитный внешний вид. Непосредственно перед подачей к столу вы нарежьте его сами, предварительно освободив от корки: для закуски — нарежьте тоненькими ломтиками, для десерта — потолще, а такой сыр, как рокфор, вообще нужно нарезать толще, так как он крошится.

СЕРВИРОВКА СТОЛА

Когда зажигается свет над празднично сервированным столом и освещает белоснежную скатерть, приборы, вазы с фруктами, невольно у всех присутствующих возникает праздничное, оживленное настроение (рис XVI на цветной вклейке).

Скатерть является как бы фоном для всех предметов сервировки и украшений стола. Для праздничного обеда или ужина принято использовать белые скатерти. Для

вечернего чая стол можно накрыть цветной скатертью, а для второго завтрака — клетчатой. Скатерти должны быть хорошо подкрахмалены и очень тщательно выглажены. Желательно, чтобы салфетки были того же цвета и из той же ткани, что и скатерти. Причем для обеда на даче или для второго завтрака вместо большой скатерти можно использовать маленькие салфетки, подкладывая их под каждый прибор. Это придает столу красивый и нарядный вид, в особенности если в вашем распоряжении есть полированный обеденный стол.

Вазы с живыми цветами во всех случаях являются наилучшим украшением стола; но так же, как и все другие предметы убранства и сервировки, они не должны быть слишком громоздкими и высокими. Самая красивая ваза и самый нарядный букет неудобен, если он заслоняет сотрапезников друг от друга и занимает слишком много места. Предпочтение нужно отдавать низким и широким букетницам в форме круглого или квадратного сосуда.

Хорошо подобранный букет свидетельствует о вкусе хозяйки дома, причем надо заметить, что не всегда лучший и наиболее красивый букет составлен из редких и дорогих цветов.

Букета полевых цветов, нескольких веток сирени, ландышей на столе, сервированном для завтрака, нескольких роз или гвоздик для торжественного обеда или ужина бывает достаточно, чтобы придать праздничный и нарядный вид столу. Новогодний ужин лучше всего украшает маленькая елочка, которую убирают блестящими некрупными елочными украшениями.

ОБЕДЕННЫЙ СТОЛ

Скатерть, накрытую на фланель, на мягкую гладкую ткань или на клеенку, расстелите так, чтобы средняя заглаженная складка приходилась точно посередине стола.

В центр стола поставьте вазу с фруктами, судок с перцем, горчицей, уксусом. На противоположных концах стола разместите две небольшие и невысокие букетницы с живыми цветами (никогда не ставьте искусственных цветов, если нет живых — лучше обойтись совсем без цветов). Ближе к центру поставьте тарелки, вазы, салатницы с холодными закусками. Хлеб белый и черный, нарезанный аккуратными, тонкими ломтиками, разместите в противопо-

ложных концах стола. Вина и напитки поставьте в разных местах.

На равном расстоянии друг от друга расставьте мелкие и большие тарелки по количеству сотрапезников. На мелкую тарелку поставьте закусочную, а с левой стороны от мелкой тарелки — маленькую пирожковую. Салфетку сложите квадратом или треугольником и положите ее на закусочную тарелку. Удобны и гигиеничны бумажные салфетки. Их ставят в бокал или вазочку на середину стола.

Справа от тарелки кладут нож (отточенной стороной лезвия к тарелке) и ложку, слева от тарелки — вилку. Ложки и вилки должны лежать выпуклой стороной вниз. Блюда и тарелки с закусками, снабженные общими приборами, ставят ближе к середине стола.

При сервировке особо торжественных обедов, кроме обычных столовых приборов, добавляют закусочные и рыбные. В этом случае рядом со столовой вилкой кладут рыбную и закусочную.

Рюмки, стопки, бокалы или фужеры ставят перед тарелкой.

Прибор для десерта, если позволяют размеры стола, выкладывают за рюмками, параллельно мелкой тарелке, в противном случае десертный нож, вилку и ложечку подают вместе с десертной тарелкой в конце обеда после того, как со стола сняты все остальные приборы и тарелки.

Суповую миску и глубокие тарелки при небольших приемах ставят, как обычно, у места, которое занимает за столом хозяйка дома. Если же за столом сидит много гостей, то к месту хозяйки подвигают маленький столик, на который ставят миску с супом и глубокие тарелки. Можно также подавать суп каждому из присутствующих, разлив его по тарелкам на кухне; в обоих случаях предварительно убирают со стола использованные закусочные тарелочки и блюда с закусками.

Вина, кроме шампанского, ставят на стол откупоренными. Обычные пробки хорошо заменить специальными фигурными пробками; при отсутствии их откупоренное вино закрывают пробкой так, чтобы ее можно было легко извлечь.

Не забудьте протереть горлышко открытой бутылки чистым полотенцем и откупоривайте ее осторожно, стараясь не взбалтывать вино и предохранять его от попадания кусочков пробки или смолки, которой запечатана бутылка.

Шампанское открывают за столом. Откупоривание бутылки шампанского требует некоторой сноровки. Эту процедуру обычно продельывает хозяин дома.

После того как гости съели суп, нужно убрать суповую миску, глубокие тарелки, ложки и освободить середину стола для блюда с горячим вторым кушаньем. К кушанью, нарезанному на порционные куски, подают специальную ложку и лопатку для накладывания с общего блюда на свою тарелку. Этот способ подачи вторых блюд удобен для хозяйки дома, так как гости в таком случае обслуживают сами себя.

Ко всем кушаньям и закускам, которые вы ставите на стол, должны подаваться отдельные ложки, вилки, лопаточки или шпильки, которыми пищу накладывают с общего блюда на свою тарелку. Для удобства сидящих за столом маленькие солонки нужно ставить в нескольких местах, а еще лучше — одну солонку на два прибора, не забыв снабдить солонку маленькой ложечкой.

Только после того как со стола убрана вся использованная посуда, а со скатерти сметены крошки, подают сладкое.

Кисели, компоты и т. п. подают в чашках или специальных вазочках на блюдце вместе с чайной или десертной ложечкой.

стол для ужина

Ввиду того что, как правило, меню ужина не содержит супа, из предметов сервировки исключают столовые ложки. В центр стола можно поставить вазу с фруктами, на обоих концах стола — букетницы с цветами. Ближе к центру ставят большие блюда с мясными, рыбными холодными кушаньями, с заливными, а вокруг них располагают тарелки, вазы, салатницы с остальными закусками. При большом количестве приглашенных каждую закуску раскладывают на две тарелки или вазочки, размещая их для удобства гостей в противоположных концах. Количество рюмок и бокалов зависит от разнообразия напитков, которые будут поданы за ужином. Размещение же рюмок, тарелок, приборов и салфеток остается таким же, как и за обеденным столом, в том же порядке происходит и смена кушаний.

чайный стол

Стол для вечернего чая накрывают обычно цветной скатертью, стараясь, чтобы цвет скатерти соответствовал цвету чайного

сервиза, красиво оттенял его. В центре стола помещают невысокую букетницу и вазу с фруктами, вазочки с вареньем, конфетами, блюда со сладким пирогом или тортом, сухарницы с печеньем, тарелочки с лимоном, сливочник, тарелки с бутербродами или пирожками. Перед каждым из приглашенных ставят десертную или закусочную тарелочку, справа от нее кладут десертный нож, слева — вилку. Салфетки кладут поверх тарелки. У каждого прибора с левой стороны от тарелки ставят розетку для варенья.

Чайник или самовар, а также чайный сервиз удобнее всего поставить ближе к месту хозяйки. Хозяйка разливает чай и передает его всем присутствующим. Исстари принято женщинам чай наливать в чашки, мужчинам — в стаканы.

стол для завтрака

Стол для завтрака накрывают клетчатой скатертью или подкладывают под каждый прибор маленькую салфетку. Перед каждым из сидящих за столом ставят большую мелкую тарелку, а на нее — закусочную. Если к завтраку будет подана какая-нибудь жидкая пища, то справа от тарелки, кроме ножа, кладут ложку, а слева, как обычно, вилку. В остальном сервировка не отличается от обеденной.

* * *

Мы рассказали о наиболее удобной, так сказать, полной сервировке праздничного стола в условиях, когда у вас для этого имеется все необходимое.

Если же для такой сервировки нет достаточно посуды и столового белья, ограничьтесь минимумом того, что нужно применительно к тем блюдам, закускам и напиткам, которые составляют ваше праздничное меню.

Приятнее, конечно, если на столе лежат одинаковые приборы — ножи, вилки, ложки и только сервизные тарелки, но если их не хватает — не так уж велика беда: дополните сервировку другими приборами и другими тарелками. Главное — не огорчайтесь из-за этих нехваток; если вашим гостям будет приятно и весело друг с другом, разные рисунки на тарелках никто и не заметит, а если заметит, то легко простит этот недостаток вашего нового маленького хозяйства.



Предлагаем вам на выбор несколько примерных праздничных меню, среди них вы сумеете, наверное, выбрать то, которое вам по вкусу.

Рецепты приготовления блюд и закусок вы найдете на стр. 176—208 этой книги, а главным образом в книге «Кулинария».

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Икра грибная
Яичница-глазунья
Сосиски с гарниром
Оладьи с сахаром и со сметаной
Кофе или какао

Селедка рубленая
Винегрет
Ветчина отварная с зеленым горошком
Ватрушки с творогом
Кофе или какао

Икра кетовая с зеленым луком
Яйца крутые с майонезом
Колбаса поджаренная
Творожный сырок сладкий
Кофе или какао

Салат «Весна»
Ветчина
Грибы жареные
Творожники
Кофе или какао

ОБЕД ИЗ ТРЕХ БЛЮД С ДВУМЯ ЗАКУСКАМИ

Закуска: сельдь рубленая, салат мясной
Бульон с гренками
Свинные отбивные с гарниром
Компот

Закуска: кильки с яйцом, баклажанная икра
Борщ украинский
Котлеты телячьи
Мусс

Закуска: шпроты в масле, салат из свежих овощей
Щи зеленые
Беф-строганов
Крем

Закуска: судак заливной, салат овощной
Суп харчо
Куры жареные с гарниром
Кисель

ОБЕД ИЗ ТРЕХ БЛЮД С НЕСКОЛЬКИМИ ЗАКУСКАМИ

Закуска: редис с маслом, икра зернистая, расстегаи с рыбой

Окрошка
Бифштекс
Ягоды со сливками или молоком

Закуска: рыба в томате, салат «Столичный», яйца под майонезом
Бульон с пирожками
Почки жареные
Воздушный пирог

Закуска: семга, салат из крабов, колбаса любительская
Бульон с пельменями
Печенка жареная
Мороженое

Закуска: сельдь натуральная с гарниром, паштет из ливерной колбасы, салат из свежей зелени
Суп фасолевый
Язык с картофельным пюре
Компот

Закуска: консервы рыбные, натуральные с гарниром, буженина, салат из огурцов с помидорами
Рассольник
Рыба жареная
Пудинг рисовый

ПРАЗДНИЧНЫЙ ОБЕД (МАЙ)

Закуска: семга, редис с маслом, салат из свежей зелени
Суп-пюре из зеленого горошка
Судак с польским соусом
Цыплята жареные
Пломбир

Закуска: севрюга копченая, поросенок заливной

Щи зеленые из шавеля

Рыба жареная

Печенка в сметане

Зразы картофельные с грибами

Компот из консервированных фруктов

Закуска: икра зернистая, салат «Весна», осетрина с хреном

Бульон с яйцом

Белуга, осетрина или севрюга паровая

Эскалопы

Зеленый горошек с маслом

Желе

Закуска: миноги в горчичном соусе, салат из редиски со сметаной, паштет из печенки

Рассольник

Навага жареная

Котлеты по-киевски

Гренки с фруктами

Закуска: икра паюсная, рыба заливная, редиска с маслом

Борщок (прозрачный красный бульон с острыми гренками)

Рыба фаршированная

Беф-строганов

Цветная капуста, соус сухарный

Крем ванильный

ПРАЗДНИЧНЫЙ ОБЕД (НОЯБРЬ)

Закуска: кильки с яйцом, грибы маринованные, ветчина

Бульон с пирожками

Рыба отварная

Утка жареная

Пирожные, чай

Закуска: салат из помидоров, паштет из печенки, сардины

Суп-поре из цветной капусты.

Мозги жареные

Баклажаны фаршированные

Пломбир

Закуска: сыр, яйца фаршированные, канат (маленькие фигурные бутерброды)

Бульон с гренками

Осетрина паровая

Ростбиф

Зеленый горошек с маслом

Крем шоколадный

Закуска: сельдь рубленая, грибы маринованные, судак в томате

Уха рыбацкая

Индейка жареная

Цветная капуста

Желе

Фрукты

Закуска: икра паюсная, масло, пирожки, шпроты

Солянка рыбная

Гурьевская каша

Фрукты

ВЕЧЕРНИЙ ЧАЙ

Бутерброды

Пирог домашний сладкий

Торт

Халва

Варенье

Чай

Пирожки слоеные с капустой или с рисом и яйцами

Рулет домашний с маком

Пирожные

Конфеты

Варенье

Чай

Пончики с вареньем

Ватрушки с творогом

Печенье миндальное

Пастила, зефир

Варенье

Чай с лимоном

Кекс весенний

Баба ромовая

Печенье сливочное

Безе с кремом

Конфеты, варенье, чай

УЖИН ИЗ ХОЛОДНЫХ ЗАКУСОК

Сельдь натуральная с гарниром

Колбаса копченая и любительская

Икра из баклажанов

Грибы белые маринованные

Судак заливной

Пирожки или пирог с мясной начинкой

Яблоки, груши

Чай, кондитерские изделия

Икра кетовая с зеленым луком, масло

Винегрет с консервированным мясом

Бычки в томате

Ветчина

Сыр

Студень говяжий с хреном

Яйца крутые с майонезом

Сладкий домашний пирог

Фрукты

Чай, кондитерские изделия

Сельдь рубленая

Баклажаны жареные кусочками (консервы)

Салат картофельный

Буженина

Рыба в маринаде

Пирожки

Телятина холодная

Фрукты, чай, кондитерские изделия

Икра зернистая

Семга

Салат из мяса

Заливная рыба

Ветчина

Сыр

Паштет из ливерной колбасы

Мороженое, фрукты

Черный кофе

Кильки с яйцом
Буженина
Салат из крабов
Пирожки
Поросенок заливной
Яйца под майонезом
Сыр
Компот из консервированных фруктов
Черный кофе

УЖИН ИЗ ОДНОГО ГОРЯЧЕГО БЛЮДА И ЗАКУСОК

Шпроты
Колбаса зельц или фаршированная
Грибы белые маринованные
Рыба под майонезом
Салат овощной
Пирожки жареные с мясом, горячие
Чай, пирожные
Перец фаршированный
Ветчина
Осетрина в томате (консервы) с гарниром
Язык отварной с хреном
Рыба жареная, горячая, с гарниром
Фрукты, чай, лимон, варенье

Сельдь рубленая
Салат из свежих огурцов и помидоров
Паштет из печенки
Бычки в томате (консервы) с гарниром
Бифштекс с луком
Лимонное желе
Чай, пирожные

Икра паюсная
Перец фаршированный
Салат из крабов
Сыр
Ветчина горячая с горошком
Апельсины или мандарины
Черный кофе

Осетрина горячего копчения с гарниром
Салат картофельный
Ветчина
Грибы маринованные
Паштет из печенки
Рыба заливная
Лангет с гарниром
Мороженое
Черный кофе

ПРАЗДНИЧНЫЙ ИЛИ НОВОГОДНИЙ УЖИН ИЗ ДВУХ ГОРЯЧИХ БЛЮД И ЗАКУСОК

Закуски: икра зернистая, сливочное масло, пирожки, расстегаи с рыбой, семга, салат «Столичный», поросенок заливной
Горячие блюда: севрюга паровая, утка жареная
Сладкое: персики консервированные, фрукты, черный кофе

Закуски: масло и калач московский, балык или теша, ростбиф холодный, салат из крабов, индейка холодная
Горячие блюда: белуга паровая, фазан жареный
Сладкое: пломбир, фрукты, черный кофе

Закуски: кильки с яйцом, икра паюсная, осетрина горячего копчения, салат «Столичный», цыплята или куры под майонезом
Горячие блюда: рыба по-русски, гусь с яблоками
Сладкое: компот из персиков, фрукты, черный кофе

Закуски: балык, икра зернистая, севрюга копченая, телятина холодная с гарниром, осетрина заливная
Горячие блюда: грибы шампиньоны жареные, котлеты куриные
Сладкое: пломбир, черный кофе

Закуски: семга, шпроты в масле, сыр, яйца под майонезом, поросенок заливной
Горячие блюда: карп в сметане, цыплята жареные
Сладкое: пудинг, фрукты, черный кофе

ПРАЗДНИЧНЫЙ УЖИН (МАЙ)

Закуски: икра зернистая, масло, редиска в сметане, ветчина, салат из крабов, сыр
Горячие блюда: рыба жареная, котлеты куриные
Сладкое: торт, пломбир, червяк кофе

Закуски: салат из свежей редиски и огурцов, шпроты, буженина, сыр, консервы натуральные с гарниром
Горячие блюда: поросенок жареный, сморчки в сметане
Сладкое: мороженое, торт, червяк кофе

ПРАЗДНИЧНЫЙ УЖИН (НОЯБРЬ)

Закуски: кильки с яйцом под майонезом, осетрина, севрюга или белуга с хреном, салат «Столичный», язык заливной, грибы маринованные
Горячие блюда: рыба паровая, дичь жареная
Сладкое: торт, фрукты, черный кофе

Закуски: натуральные рыбные консервы под майонезом, лососина, салат из дичи, телятина холодная, заливная осетрина
Горячие блюда: рыба жареная в тесте, цыплята паровые
Сладкое: пломбир, торт, червяк кофе, фрукты

Закуска: сборная рыбная закуска (ассорти), буженина, студень из свиных ножек, яйца с майонезом и кильками, рыба в маринаде
Горячие блюда: карп или карась в сметане, котлеты из кур
Сладкое: желе, торт, черный кофе, фрукты

МЕНЮ ПРАЗДНИКА МАЛЫША

Пирожки с мясом
Яблоки печеные с вареньем
Творожный сырок сладкий
Чай с конфетами, пирожными
Фрукты и фруктовые соки

Пончики с начинкой
Бисквитный пирог
Печенье мелкое
Яблоки, мандарины, фруктовые соки

Бутерброды
Запеканка рисовая с вареньем
Яблоки, поджаренные в тесте
Вафли, фруктовые соки, чай

БЛИНЫ

Сельдь натуральная
Икра зернистая
Грибы маринованные
Шпроты
Осетрина заливная
Блины, сметана, масло
Фрукты
Чай с лимоном

Кильки
Сельдь рубленая
Икра кетовая с зеленым луком
Навага жареная
Блины, сметана, масло
Компот из абрикосов (консервы)
Чай с лимоном

Икра паюсная
Рыба под маринадом (консервы)
Рыжики соленые
Сардины
Блины, сметана, масло
Яблоки в красном вине
Фрукты, чай с лимоном

ВТОРОЙ ЗАВТРАК ИЛИ УЖИН С ПИВОМ

Колбаса московская, масло, хлеб рижский или минский
Раки
Сыр
Соломка соленая
Вобла вяленая
Пиво

Кильки с печеными яйцами
Бутерброды с сыром
Крабы с майонезом
Сосиски
Пиво

Кета
Яйца фаршированные
Миноги
Раки
Ветчина отварная с горошком
Пиво

Тарань
Бычки в томате
Колбаса поджаренная, залитая яйцами
Сухарики соленые
Горох моченый
Пиво

Сыр
Раки
Студень говяжий с хреном
Балычок копченый морского окуня
Галеты с тмином
Пиво

ПЛОВ

Шурпа-чабан (суп из баранины, помидоров, лука)

Плов
Дыня
Кок-чай (зеленый чай)

Маства (суп рисовый с бараниной и кислым молоком)

Плов
Арбуз
Кок-чай

ШАШЛЫК

Пряная зелень
Зеленый лук, редис, огурец, помидоры
Рассольные сыры
Лобио (холодное)
Чуреки
Шашлыки

ПЕЛЬМЕНИ

Балык
Салат «Весна»
Пельмени отварные, с маслом, сметаной, уксусом и т. п.
Яблоки в сиропе
Чай с лимоном

Икра кетовая
Салат из свежих помидоров и огурцов
Пельмени
Компот из груш (консервы)
Чай с лимоном

Сельдь копченая — балычок
Салат «Столичный»
Икра грибная
Пельмени
Ягоды свежие замороженные
Чай с лимоном



Если бы значение и роль одежды ограничивались только ее главной функцией — защитой человеческого тела от воздействия внешней среды: холода, жары, дождя, снега, ушибов, насколько облегчилось бы ведение этой «отрасли» домашнего хозяйства.

Однако мы предъявляем к своей одежде и множество других требований — не только практических, но и эстетических.

Конечно, одежда человека должна быть гигиеничной, удобной, не стесняющей движений, должна соответствовать его возрасту, условиям жизни, профессиональным занятиям. Но, кроме того, нужно, чтобы одежда красила человека, гармонировала с его внешностью, сложением.

По отношению к одежде в домашнем хозяйстве приходится решать несколько задач: выбор, заказ, покупка или шитье одежды, а также уход за ней.

В отличие от приготовления пищи и уборки жилища повседневный уход за одеждой отнимает немного времени и труда. Трудоемкими в этой работе являются только стирка, ремонт, периодическая и сезонная чистка.

Значительно сложнее обстоит дело с выбором и покупкой новой одежды и вообще всех предметов туалета. Здесь уж никак не обойтись без умения подобрать не только наиболее нужную, практичную, удобную, не слишком дорогую, но и непременно красивую вещь. А для этого требуются вкус, понимание красоты линий, форм, цвета одежды в их сочетании с обликом человека. Поэтому-то умение одеваться в обиходе нередко называют «искусством одеваться».

В настоящее время промышленность готового платья играет все большую роль в обеспечении населения одеждой. Теперь домашнее шитье редкое и малое. В подавляющем большинстве случаев покупают готовую одежду в магазинах или заказывают ее в ателье и в пошивочных мастерских.

В предстоящем семилетии советские люди будут в достатке обеспечены добротной и красивой одеждой и обувью. Производство хлопчатобумажных тканей возрастет на 33—38 процентов, шерстяных — на 65 процентов, шелковых — на 71 процент, кожаной обуви — на 45 процентов.

Выработка искусственных волокон увеличится почти в 4 раза, а пластических масс и смол — более чем в 7 раз, в связи с чем колоссально возрастет производство из этих высококачественных материалов дешевых, прочных и красивых искусственных тканей, мехов, трикотажа, обуви и других предметов народного потребления.



НУЖНО ЛИ ОДЕВАТЬСЯ МОДНО?

Представления о красоте и привлекательности предметов нашего обихода, в том числе и одежды, не остаются неизменными. Мы выбираем вещи, которые кажутся нам наиболее красивыми и современными. К существующим и к новым моделям одежды привыкает глаз, и резкое отклонение от общепринятой моды воспринимается как нечто устаревшее, не соответствующее современному вкусу и эстетическим требованиям.

Давайте откроем словарь и посмотрим, что такое «мода». Толковый словарь В. И. Даля отвечает на этот вопрос так: «Мода — временная, изменчивая прихоть в житейском быту, в покрое одежды и в нарядах».

Мода действительно изменчива и капризна.

Подчас и не подыщешь разумного обоснования возникновения той или иной модной новинки.

Вряд ли можно найти убедительное объяснение тому, почему в свое время были модными плечи женской одежды с подложенными под них ватными подушками или почему когда-то женщины носили кринолины — широчайшие юбки на обручах.

Но тем не менее совсем не всегда и не всякая мода бессмысленна и необъяснима. Разве наш сегодняшний общеевропейский костюм не удобнее, не практичнее, чем тот, который носили в прошлом веке, разве он не приспособлен к условиям нашей жизни, не соответствует нашим представлениям о красивой, привлекательной одежде?

Основные линии принятого в данное время костюма возникли не сразу. Они создавались постепенной сменой мод в одежде. Если просмотреть журналы мод за десяток лет, можно наглядно убедиться, что некоторые особенности и мужского и женского костюма в течение довольно длительного промежутка времени сохраняются, претерпевая изменения в деталях.

За последние сорок лет многие десятки раз возникали и сменялись моды. Среди них были хорошие и плохие, красивые и некрасивые. Носили и более короткие и более длинные платья, и широкие и узкие брюки и юбки, и большие и маленькие шляпы. Бывало и так, что в отдельных своих элементах (покрой воротника, рукава) одежда полностью как бы повторяла старинные модели. Но все же одежду XX века вы безошибочно отличите от той, которую

носили в XIX веке. Этот характерный облик одежды, ее общий рисунок относят уже не к моде, а к стилю данной эпохи.

Возникновение такого стиля, конечно, не случайно. Он отражает коренные изменения во вкусах и потребностях, связанные с изменением социальных, экономических, общественных условий, с классовой структурой общества.

В быстротекущей смене мод наиболее устойчивые черты модных новинок остаются, как бы отстаиваются и образуют характерный для эпохи стиль одежды. А случайные моды, ничего, кроме пустой, а иногда и вредной прихоти, не отражающие, так же быстро, бесследно исчезают, как и появляются.

Моду в одежде поэтому можно определить как совокупность кратковременно господствующих в данном обществе представлений о красоте моделей, расцветок, разновидностей тканей, иначе говоря — как кратковременный, общественно признанный своеобразный стандарт эстетических требований к одежде.

Можно привести множество примеров того, как возникает и меняется мода в связи с изменениями социальных и экономических условий.

Изобретение искусственного и синтетического волокна, пластических масс и иных синтетических материалов, а также другие технические открытия и усовершенствования вызывают к жизни новые модели, новые линии покроя.

Многие из нас совершенно ошибочно считают, что ткани и материалы из синтетического сырья являются только суррогатами, заменителями натурального меха, шерсти, шелка, кожи. Костюмы, платья, пальто, белье, обувь, трикотаж и другие предметы нашего туалета, выработанные из новых синтетических материалов, по красоте, прочности, легкости, удобству, дешевизне намного превосходят те, которые сделаны из натурального сырья. И не может быть никаких сомнений в том, что широкое применение новых материалов не только найдет свое отражение в модах, но и в значительной степени определит стиль одежды второй половины XX века.

Большое влияние на моду в одежде оказывает изменение наших представлений о красоте, привлекательности внешнего облика человека, что часто бывает связано с требованиями физиологии и медицины. Так, настойчивые указания врачей на то,

что излишняя полнота не является признаком здоровья, а, как правило, вредна организму, изменили вкусы: полную фигуру перестали считать красивой. И мужчины и женщины теперь стремятся до старости сохранить стройность, что, конечно, нашло свое отражение в линиях костюма.

Много изменений в женском туалете связано с тем, что большинство женщин работает сейчас вне дома, занято на производстве или служит. Именно поэтому женский костюм приобрел характерные черты строгости, большей сдержанности и простоты, сохраняя в то же время женственное изящество линий. Более сорока лет назад женщины отказались от жесткого корсета, и с тех пор конструкция женского костюма исходит из естественных пропорций фигуры, ее мягких очертаний, что привлекательно, гигиенично и приемлемо для всех возрастов.

Высокий каблук и длинные платья неудобны в повседневной носке для работающих женщин. Поэтому такой туалет стал преимущественно вечерним, праздничным. Широкое распространение получила одежда так называемого спортивного типа: свободные, достаточно короткие, не стесняющие движения платья, пальто и костюмы, обувь на низком каблуке.

В дни, когда пишутся эти строки, некоторое распространение и для повседневного обихода получила женская обувь на высоком и тонком каблуке. Можно, однако, предположить, что такое модное новшество широко не приживется, так как ходить целый день и на улице и на работе в такой обуви утомительно.

Когда-то загар был бедствием для модниц и рекламировалось множество средств избавления от него. Придумывались различные фасоны широкополых шляп, а модницы постоянно носили летом зонтики, которые не давали солнечным лучам коснуться кожи. Но когда женщины стали заниматься спортом, отдавать свой досуг пребыванию на воздухе, загар стал считаться красивым. Это повлекло за собой изменение моды и даже цвета чулок, который стал воспроизводить цвет загорелой кожи.

Кожаная куртка, сапожки, красный плащечек, полушубок, затянутый ремешком, — костюм, который носили многие женщины в первые годы революции, не только соответствовал условиям того времени, но и был модным, отвечал тогдашнему представлению о привлекательном и красивом.

В течение многих лет не только у нас, но и за рубежом были модными косынки и платочки, подвязанные под подбородком «по-русски», фасоны пальто, воспроизводящие русский старинный кафтан.

Сравнительно недавно на страницах модных журналов появились своеобразные и весьма привлекательные линии и фасоны китайского национального костюма, его расцветки, вышивки и украшения.

Как мы уже отмечали, вовсе не всегда изменение моды, возникновение новых линий, фасонов, форм имеет разумные основания, действительно правильные, естественные эстетические требования, нормальное стремление к большему удобству и большей красоте.

По страницам буржуазных журналов мод можно особенно легко проследить, как порой возникали и завоевывали некоторую популярность некрасивые и неудобные модели и модные новинки.

В буржуазном обществе поклонников и поклонниц такого последнего «крика моды», как правило, составляет верхушка имущих классов, те мужчины и в особенности женщины, для которых одеваться с особым «модным шиком», выделяться из окружающей среды — главная цель и смысл жизни. Естественно, что для них желанны всякое изменение моды, любой ее каприз, любая самая экстравагантная новинка, так как это дает им еще одну возможность быть замеченными. Понятно, что промышленники, хозяева домов моделей, владельцы магазинов всемерно эксплуатируют и, конечно, всеми средствами вызывают такой повышенный и нездоровый интерес к быстрой смене мод, прибегая для этого к помощи буржуазных художников и модельеров. Особенно большое число пустых прихотей в одежде идет именно из этого источника.

Причиной смены мод может служить и всем нам свойственное желание время от времени обновлять или заменять новыми вещи, окружающие нас в быту. Мы, к примеру, меняем обои или окраску комнаты не всегда только потому, что они износились или выцвели, но и потому, что они приелись, просто надоели. Смена внешних форм вещей нашего обихода, а следовательно, и смена моды в одежде, в известной мере, естественна и прогрессивна.

В некоторых пределах моды международны. Общеευропейский городской костюм принят во всем мире, но вместе с тем

у каждого народа есть свой национальный костюм, отражающий особенности экономики, культуры и художественного вкуса данного народа.

Различные социальные, экономические и климатические условия вызывают разные требования к одежде, определяют многообразие вкусов и в отдельных местах вносят свои поправки в последние модные новинки общеевропейской одежды.

Наибольшее распространение получают, как правило, те модели, расцветки, которые действительно обладают достоинствами, а все случайное, неоправданное отпадает, не находит широкого признания.

Нужно научиться отличать быстроисходящую моду, которая, не имея никаких других оснований, кроме стихийно возникшего увлечения непривычной, сверхоригинальной формой или рисунком, очень скоро изживает себя, от той моды, которая прочно завоевывает всеобщее признание и держится значительное время.

Примером случайной и весьма кратковременной моды может служить недавнее и всем памятное увлечение чулками с черной пяткой. Трудно подыскать хоть какое-нибудь разумное объяснение этому увлечению. Черная пятка не только производила впечатление резкого, грубого контрастного пятна на ноге, но она затрудняла подбор обуви и не давала никаких удобств. Как и следовало ожидать, эта мода исчезла столь же быстро, как и возникла.

К счастью, дань этой моде обошлась нашим девушкам и женщинам недорого. А вообще безрассудное увлечение быстропроходящей модой, приверженность к необычному и сверхмодному может нанести серьезный ущерб вашему бюджету, не говоря уже о том, что такая приверженность будет свидетельствовать о дурном вкусе.

Но, может быть, вообще не нужно «гнаться за модой»?

Нужно. Но только не «гнаться», а разумно следовать за нею, не поддаваться случайным увлечениям, не хвататься за любое новшество, а по достоинству оценивать каждое нововведение модельеров. Тем более, что не все модное обязательно красиво для каждого человека. Два человека, одетые по моде, могут быть один безвкусно и некрасиво одетым, а другой — хорошо и со вкусом.

Мода определяет основные линии костюма, его общие очертания, то, что профессионалы называют «силуэтом». Внутри

каждого данного силуэта существуют многообразные фасоны. А фасоны и расцветки не могут быть одинаково хороши, одинаково, без поправок приемлемы для всех и каждого, для высоких и низких, для брюнеток и блондинок, для северян и южан.

Вот и нужно суметь внести такие поправки, так приспособить к себе, к своей внешности тот или иной фасон, чтобы быть одетым не только модно, но и со вкусом.

Любой человек может развить свой вкус настолько, чтобы не допускать безвкусицы в своем быту, внешнем облике и в одежде.

Активно развивать и воспитывать художественный вкус — значит учиться в великой школе природы, с ее неисчерпаемым, сказочным богатством пейзажей, неповторимой гармонией красок солнечных закатов, бесконечным разнообразием оттенков и листьев и простого полевого цветка.

Совершенствует и развивает вкус изучение художественного народного творчества, так как все, что создает народ в результате своей многовековой культуры, все, что он отбирает, хранит и передает следующему поколению, отмечено печатью подлинной красоты, вкуса и мастерства.

Способствует развитию вкуса также посещение выставок и музеев прикладного и изобразительного искусства, театральных зрелищ, выставок-показов домов моделей.

Вкус воспитывается с самого раннего возраста. И, конечно, не правы те, кто считает, что красивая одежда малыша удовлетворяет только тщеславие матери. Ведь не только игрушки и книжки, но и одежда и вся окружающая обстановка влияют на развитие эстетических восприятий ребенка и обогащают его вкус.

Иные молодые люди полагают «предосудительным» не только быть одетым модно, но вообще уделять какое бы то ни было внимание своему туалету. Небрежность в костюме они считают добродетелью, а нормальный интерес к одежде — уделом мещан и стилиг.

На XIII съезде комсомола отмечалось,

что «есть у нас и такая крайность: отдельные юноши и девушки пренебрежительно относятся к своему внешнему виду: «Мы, мол, люди рабочие; нам это чистоплюйство ни к чему». Ходят они в неглаженной одежде, галстук отвергают, спят в одежде. И с этим комсомол должен бороться».

Бесспорно, что повышенный интерес и привязанность к комфорту и удобствам, изнеженность, преувеличенная забота о своей внешности, о своем туалете неприятны, особенно в молодом человеке, но пренебрежение к культуре быта, ненужный аскетизм также надуманны и противостественны.

Проявлять необходимое внимание к своему внешнему облику и считаться в своей одежде с модой вовсе не значит быть мещанином или стилигой.

Мещанский вкус в одежде, вернее безвкусица, выражается в стремлении все украсить, сделать затейливее, в пристрастии к обильным, ничем не оправданным украшениям, многочисленным бантикам, оборочкам, ленточкам. Этот вкус сказывается в применении самых разностильных и поэтому несовместимых отделок и украшений. В проявлениях мещанского вкуса всегда есть что-то устаревшее, отжившее, в высшей степени старомодное, тогда как в современном костюме господствуют более ясные, простые, строгие линии и фасоны, и в этом его главная привлекательность.

Дурной вкус стилига подсказывает им преувеличенное выпячивание сверхмодных линий и фасонов, броские и крикливые расцветки и модели: если галстук пестрый, то чтобы рябило в глазах, если длинный пиджак, то до колен...

В меру модное платье, созданное с учетом условий и обстановки вашей жизни, особенностей вашего внешнего облика, всегда красиво и удобно. В этом утверждении основной вывод наших беглых и кратких заметок о правильном отношении к моде и модному.

О ПОКУПКЕ НОВОЙ ОДЕЖДЫ

Спросите у вашей матери или у бабушки, и они вам скажут, что шелковое или шерстяное платье для трудящейся женщины в старой России было почти несбыточной мечтой. А в более зажиточных семьях

из дешевого кашемира или из ткани «под шелк» шили тогда подвенечные платья, которые как реликвия хранились затем в сундуках и переходили от матери к дочери.

А в вашем шкафу, наши читательницы,

наверняка есть шелковое платье и скорее всего — не одно. Вы имеете более широкую возможность следовать моде, чаще обновлять верхнюю одежду. Вы стали намного обеспеченнее. Рост народного благосостояния, успехи текстильной, швейной и химической промышленности, производящей новые ткани и материалы, все в большей мере создают возможность для народа нашей страны одеваться удобно, красиво, разумно следуя моде.

Вы, по всей вероятности, замечали, что далеко не всегда лучше одеты те, кто может тратить на свою одежду значительные суммы. Порой люди со скромным достатком одеты красивее, с большим вкусом и умением. В этой связи возникает вопрос, действительно ли самая дорогая вещь является одновременно и самой лучшей?

Старинную пословицу «Хорошо дешево не бывает» каждый из нас слышал неоднократно. Но справедливость ее очень часто можно подвергнуть сомнению.

В своем подавляющем большинстве дорогая одежда сшита из добротных тканей,

обладающих высокой прочностью. И если бы именно это качество дорогих вещей во всех случаях было решающим, то, бесспорно, каждый из нас при первой возможности отдавал бы им предпочтение.

Но прочность является необходимым качеством отнюдь не для всех без исключения предметов одежды. Нужна ли особая прочность материала для шляпы или галстука, для искусственного цветка, который прикалывают к платью? Ведь эти предметы не носят «до дыр», а заменяют их новыми, как только они потеряют свежесть или выйдут из моды.

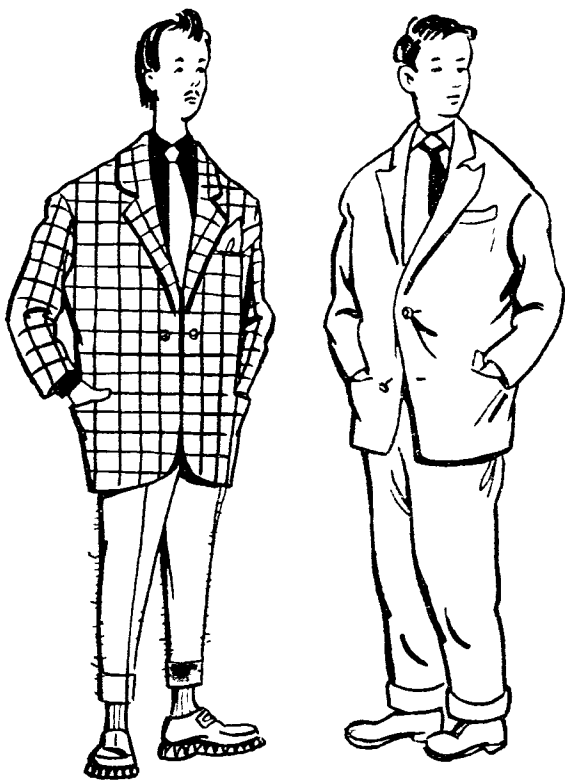
Нужна ли дорогая и очень прочная ткань для одежды маленьких детей? Ведь и эти вещи выходят из строя значительно раньше, чем изнашиваются, так как ребенок из них вырастает.

Для множества вещей нашего гардероба — для летних платьев свободного спортивного покрова, для сарафанов, купальных и пляжных костюмов, халатов, летних мужских костюмов, курток, блуз, рабочих костюмов — далеко не всегда разумно выбирать дорогие ткани. Они в своем подавляющем большинстве плохо переносят стирку, от частой чистки портятся. И нередко дешевая хлопчатобумажная ткань имеет бесспорные преимущества перед дорогим шелком. Прежде всего она хорошо стирается или чистится. Кроме того, многие хлопчатобумажные ткани обладают достаточной плотностью и некоторой упругостью, позволяющей применять их для пошива широких юбок.

Целесообразно ли приобретать дорогую вещь, если она имеет слишком непривычный для глаз фасон, цвет, рисунок и относится к сверхмодным? Обычно подобные туалеты быстро надоедают, выходят из моды, и их перестают носить раньше, чем они изнашиваются.

Разноречивое мнение существует о том, какими должны быть основные предметы одежды — пальто, шубы. Нужно ли шить их из очень дорогих и прочных тканей, с тем чтобы носить много лет, перешивая и перелицовывая, либо разумнее предпочесть более дешевые вещи и получить таким образом возможность чаще заменять их новыми?

Каждая семья в соответствии с конкретными условиями своей жизни решает поставленный вопрос, каким вещам — дорогим или более дешевым — отдавать предпочтение.



Крикливые расцветки и модели разоблачают стилиста. Небрежность в костюме тоже не достоинство.

И если все же по каким бы то ни было причинам вы отдаете предпочтение дорогим вещам и хотите их использовать подольше, выбирайте для них более скромные и строгие фасоны, которые не слишком резко и не слишком часто меняются под влиянием моды, а их простые и строгие линии сравнительно надолго сохраняют изящество и элегантность.

Нет специальных правил, которые безошибочно помогали бы каждому из нас и во всех случаях решать сложную задачу, как одеваться хорошо и недорого. Но существует правило, которое полезно всем без исключения, кто хочет целесообразно составлять свой гардероб и разумно расходовать на это имеющиеся у вас средства: *никогда не совершать необдуманных покупок.*

Прежде чем покупать новую одежду, определите, насколько она необходима, действительно ли она обогащает и улучшает ваш гардероб или без нее можно обойтись, а на имеющиеся деньги приобрести другую, более подходящую вещь. Подумайте, насколько новая одежда подойдет ко всем остальным предметам туалета, которые уже есть в вашем распоряжении, насколько она отвечает своему назначению, той обстановке, в которой вы будете ее использовать, и как часто вы будете пользоваться ею. Стоит подумать и о том, сколь неотложна ваша покупка. Не лучше ли покупку отложить на некоторое время, чтобы накопить побольше средств и тогда уже купить вещь, полностью и во всех отношениях удовлетворяющую ваши запросы.

Несоответствие новой одежды той, которая уже имеется у вас, конечно, допустимо, но если вы уверены, что в ближайшее время сумеете подобрать к ней дополнительные предметы туалета. В противном случае новая покупка может оказаться несвоевременной и ненужной. Так, к примеру, новое нарядное шелковое платье будет висеть в шкафу и вы не сумеете надеть его, если в вашем распоряжении в данное время есть только закрытые туфли на низком каблуке и обувь на меху. А они никак не подходят к вашему нарядному платью.

Нередко возникает вопрос: где лучше приобрести новый костюм или новое платье, купить ли готовую вещь в магазине, или заказать ее в ателье?

Многие считают, что лучше шить на заказ в ателье, так как там помогут выбрать именно тот фасон, расцветку, ткань, отдел-

ку, которые больше подойдут к фигуре и внешности данного человека.

Специально для вас сшитое платье или пальто будет сидеть лучше и красивее, чем готовое, при шитье которого, понятно, не могли учесть особенностей вашего сложения. Но готовое платье можно получить немедленно, не затрачивая времени на примерки. Оно обходится обычно дешевле, чем платье из того же материала, заказанное в ателье. Подбирая для себя готовую одежду, можно тут же на месте определить, как она сидит на фигуре и идет ли к лицу. И если ваша фигура не имеет резких отклонений, то вы почти всегда сумеете подобрать готовую вещь, которая вам вполне подойдет.

Таким образом, и то и другое решение имеет свои преимущества.

А может быть, лучше сшить платье самой?

Занятая женщина далеко не всегда может найти время для того, чтобы научиться шить. А не умея шить, не овладев достаточно этим мастерством, вряд ли разумно затрачивать труд, время, ткань и получить в результате вещь весьма сомнительного качества.

Но если женщина любит шить, обладает хорошим вкусом и способностями к этому, конечно, полезно научиться шить. Имеющиеся в продаже готовые выкройки могут в этом помочь и облегчить работу. По готовой выкройке нетрудно сшить халат, домашнее платье, сарафан, юбку, блузку, платьице или штанишки для ребенка. Но не беритесь за шитье верхних вещей и нарядных туалетов — это требует профессионального умения, кропотливой работы и большой затраты времени, которого у вас очень мало.

Несмотря на то, что сеть ремонтных и пошивочных мастерских, комбинатов бытового обслуживания возрастает с каждым годом, все же далеко не везде эти мастерские и комбинаты обладают достаточной пропускной способностью. И не всегда есть возможность вовремя отдать в починку и ремонт платье, белье, чулки. Поэтому вы можете не уметь шить, но вы должны уметь заштопать носок, поставить заплату, сменить манжеты у рубашки, поднять петлю на чулке. Не гнушайтесь такой работой. Это не только необходимо, но и полезно: после дня хлопот и напряжения перемена занятий дает хорошую разрядку.

Научитесь вязать. Это не трудно, нужно

для вашего отдыха и полезно для домашнего хозяйства. Мода ввела в наш обиход большое количество различных шерстяных вязаных вещей для женского, мужского и детского платья. Вязаные кофточки, джем-

перы, пуловеры, свитеры, жилеты, шарфы, кашне, варежки, шапочки самых разнообразных расцветок украшают наш обыденный костюм, придают ему необходимое разнообразие.

ЖЕНСКИЙ ГАРДЕРОБ

Два пальто — зимнее и демисезонное — и плащ из непромокаемой ткани могут полностью удовлетворить потребность в верхней одежде. При этом имеется в виду умеренный климат и главным образом городские условия. Естественно, что на юге отпадает надобность в зимнем пальто, но зато появляется необходимость иметь летнее пальто или пыльник. В условиях сельской местности никак не обойтись без верхней одежды, приспособленной к работе на воздухе.

Зимнее пальто прежде всего должно быть достаточно теплым. Наименьшей теплопроводностью обладают мягкие и пушистые ткани и меха.

Но многие считают, что пушистые ткани недостаточно практичны. Они плохо переносят влажность. Длинный ворс под влиянием сырости скатывается в комочки. В местах наибольшего трения — на рукавах, подоле и передней полё — пушистая ткань быстро изнашивается.

Если зимнее пальто одно и его приходится носить в любую погоду, предпочтительнее выбирать гладкие материи, но непременно достаточно мягкие, так как они значительно лучше ложатся, красивее и теплее жестких.

Меховая шубка красива, хорошо защищает от холода, но обычно стоит значительно дороже, чем зимнее пальто из ткани. В ближайшие годы в результате развития химической промышленности появится много изделий из искусственного меха, которые будут намного дешевле натуральных мехов, а добавок и прочнее и изыщнее. Естественно, что при этом условии шубы из искусственного меха получат большое распространение.

При решении вопроса о том, какую же одежду лучше иметь для зимнего сезона — шубу или пальто, учтите, что в нашем климате, за исключением Крайнего Севера, зимой бывают оттепели, мокрый снег, а в иных местах и дожди. Мех же плохо переносит сырость и влагу. И если в ва-

шем распоряжении нет другого пальто, пригодного, как говорят, «на все случаи», целесообразнее купить или заказать пальто из ткани, а не меховое.

Верхние зимние вещи не должны быть слишком широкими, иначе в них будет холодно. Но все же, когда вы шьете себе зимнее пальто из ткани, делайте его с таким расчетом, чтобы в большие морозы под него можно было надеть теплую кофточку, платок или другие теплые вещи.

Демисезонное пальто используется чаще и больше всех других верхних вещей. Труднее всего правильно выбрать именно эту одежду.

Демисезонное пальто носят весной и осенью. Для весны не особенно пригодна тяжелая и слишком плотная одежда, а для осени, когда нужна защита от заморозков и сырости, пальто должно быть достаточно плотным и теплым. Весной каждой женщине и девушке хочется быть нарядной, носить вещи более ярких и светлых расцветок. Но как мало гармонируют такие нарядные расцветки с хмурым осенним небом, туманом и осенним моросящим дождем. Кроме того, светлое пальто трудно уберечь от уличной грязи, а, потеряв свежесть, оно лишается и своей привлекательности.

Принимая во внимание столь противоречивые требования, приходится отдавать предпочтение таким цветам демисезонного пальто, как серый, беж и мягкие оттенки синего, коричневого, зеленого. Если же у вас есть прежнее пальто, то вы вполне можете приспособить его для носки осенью или в дождливую погоду, а новое пальто можете делать более нарядным, ярким.

И вообще без крайней нужды не обедняйте свой гардероб, не ограничивайте его только темными или нейтральных цветов вещами. Современной моде соответствуют более яркие, сочные или светлые цвета. Если у вас есть возможность, используйте их в своей одежде.

Ткани с крупным рисунком, в крупную

клетку или резкую полосу мало пригодны для пошива верхнего платья, так как при раскрое и в особенности при изготовлении мелких деталей рисунок ткани, как правило, нарушается. И требуется особое умение и мастерство, чтобы сохранить единство композиции.

Ткани для демисезонных пальто должны быть достаточно плотными и мягкими. Разновидности тканей так же, как и расцветки, во многом зависят от моды. Но такие материалы, как ратин, букле, твил, велюр и различные драпы, в течение многих лет считаются наилучшими для верхних вещей.

Для девушки, молодой женщины удобны и красивы пальто спортивного типа. Эти вещи особенно выгодно подчеркивают стройность фигуры. мода вносит и в одежду спортивного типа изменения. Но основная линия покроя остается, и вы не рискуете, что фасон вашего пальто быстро устареет и перестанет нравиться.

Плащ — крайне необходимая и желательная вещь, особенно для тех, кто живет в средней полосе. Причем именно плащ или накидка из водонепроницаемых материалов, а не летнее пальто или пыльник, без которых легко обойтись.

Не всегда целесообразно приобретать плащ из шелка, пропитанного особым составом. Обычно эти плащи стоят недешево, а защищают от дождя ничуть не лучше, чем дешевые плащи и накидки из пластика. Многие покупают шелковые плащи, рассчитывая, что они заменят летнее пальто. К сожалению, в жару в этих плащах слишком жарко, а в прохладную погоду холодно. Ткань, из которой они сделаны, препятствует испарению влаги из пор кожи, что и неприятно и негигиенично.

Костюм заслуженно считается универсальной одеждой. Он красив, удобен и практичен в любом возрасте, в любое время года, для любой фигуры. Его можно носить утром, днем и вечером. Он может служить и рабочим и выходным платьем. Именно поэтому современная мода настоятельно рекомендует женский костюм и предлагает большое количество его образцов и фасонов, выполненных из самых разнообразных материалов.

Хорошо сшитый костюм из красивой ткани скромной расцветки дает возможность, используя различные дополнительные предметы туалета — блузки, джем-

перы, обувь, сумочки, шляпы, — быть всегда одетой элегантно и изящно в любой обстановке: на работе, в театре, на концерте, на заседании, в гостях, у себя дома и на улице.

Выше мы советовали предпочитать более дешевые предметы одежды для того, чтобы у вас была возможность чаще их менять и быть, таким образом, одетой в соответствии с модой. Но исключением из этого правила является парадный черный женский и мужской костюмы, а также черное вечернее платье. По установившейся традиции они шьются из наилучших и дорогих тканей. Если у вас не хватает средств на такой костюм, лучше пока откажитесь от него, но не пытайтесь в данном случае заменить дорогую ткань более дешевой, а работу первоклассного мастера работой подмастерья. Что касается фасона и покроя костюма, то наилучшим следует считать строгий. Он всегда будет выглядеть модным и элегантным.

Для повседневной носки удобны костюмы цвета беж, серые, синие, а также коричневые. Они не марки, к ним легко подобрать подходящие аксессуары.

Если есть возможность иметь второй костюм, его целесообразно сшить из ткани более нарядного — сочного или светлого оттенка.

Костюм гигиеничнее, чем шерстяное или шелковое платье, так как непосредственно с кожей соприкасается не шерсть или шелк, которые стираются или чистятся не столь часто, а блузка, и ее можно и должно часто стирать.

При бережной носке и аккуратном обращении костюм, даже один, может служить несколько лет. Обычно быстрее, чем жакет, изнашивается юбка, поэтому целесообразно по возможности заказывать к одному жакету две юбки разных фасонов.

Блузки необходимы всегда, как бы вы ни одевались, какой бы гардероб ни был в вашем распоряжении. Они удобны и практичны. Их носят круглый год и в зависимости от ткани и фасона используют и для домашнего, и для рабочего, и для выходного костюма.

Блузки позволяют значительно разнообразить туалет. Их носят с юбкой, сарафаном, костюмом, платьем-костюмом.

Но любая блузка красива только тогда, когда она безукоризненно чиста, свежа,

хорошо выглажена и имеет аккуратный, опрятный вид.

Фасоны блузок разнообразны — от самых скромных и простых до нарядных и изящных, украшенных ручной вышивкой, мережкой, тонкими складками, прошивками, кружевом. Ткань, из которой сшита блузка, должна хорошо переносить стирку. Последнее обстоятельство и объясняет столь широкое признание, которое получили блузки из капрона, нейлона. Стирка их не требует никаких приспособлений. Вы можете постирать такую блузку в холодной воде под краном. Ее сушка продолжается самое ограниченное время. Блузка из капрона или нейлона не нуждается в глажении и не мнется.

Для блузок, которые используются с рабочим или домашним костюмом или юбкой, наиболее пригодны мягкие хлопчатобумажные ткани преимущественно с мелким рисунком — узкой полоской, маленькими цветочками, горошком, мелкой клеткой, крапинкой.

К женским брюкам подходят блузки спортивного фасона из яркой клетчатой ткани. Их можно носить и навыпуск.

Кроме нейлоновой или капроновой блузки, с выходным костюмом носят блузки из искусственного или натурального шелка — шелкового полотна, марокена, креп-дешина, из бумажного или шелкового пике или поплина. Очень красивы и нарядны также блузки из кружева, в том числе из специального фабричного кружева — гипюра.

К выходному костюму используют преимущественно белые блузки. Они считаются самыми нарядными и элегантными. Но, кроме белых, к костюму идут и светло-серые, светло-голубые блузки.

Блузки, которые носят с юбками, могут быть самых различных расцветок.

В продаже бывает довольно большой ассортимент готовых блузок. Подбирая для себя блузку, проследите, чтобы она соответствовала вам не только по размеру, но и по длине. Короткая блузка неудобна, при энергичном движении она вылезает из юбки.

Многие девушки и женщины предпочитают иметь вместо одной блузки две-три вставки или манишки.

Вставки шьют из тех же тканей, что и блузки. Их легче шить, выстирать и выгладить, чем блузку, и на них расходуются значительно меньше материала. В этом

их преимущества. Но вставка сидит хуже, чем блузка, так как она имеет только передок и спинку, а манишка — только один передок. Неудобство вставки состоит и в том, что и в самую жаркую погоду вы не имеете возможности снять жакет, а кроме того, вставка не предохраняет жакет от непосредственного соприкосновения с телом, что и непрактично и негигиенично.

К костюмам, юбкам, сарафанам идут кофточки, джемперы, свитеры, жилеты ручной и машинной вязки, разнообразных фасонов и расцветок.

В зависимости от качества, толщины нити и способа вязки эти изделия могут иметь различное назначение.

Джемпер из тонкой шерсти красивой вязки или из джерси с нарядной юбкой — вполне подходящий туалет для театра, концерта. Особенно красивы черные джемперы, украшенные вышивкой, бисером.

Джемперы, жилеты, свитеры и вязаные кофты бывают пестрыми, ярких расцветок с различными узорами и однотонными. Наиболее удобны одноцветные, которые можно использовать с различными однотонными и клетчатыми юбками.

Мода ввела в обиход удобное и красивое сочетание двух вязаных кофточек, преимущественно одноцветных, которые носят одновременно. Нижняя кофточка — маленькая без рукавов или с короткими рукавами, верхняя — более длинная, свободного покроя с длинным или полукоротким рукавом.

Вязаный свитер или джемпер обтягивает верхнюю часть туловища и резко обрисовывает фигуру. Поэтому эта одежда больше всего идет молодым и стройным женщинам. При недостатках сложения — излишней полноте, худощавости, сутулости — рекомендуется отдавать предпочтение вязаным кофточкам свободного прямого покроя.

Платье для работы также должно составлять необходимую принадлежность гардероба. Иные девушки и молодые женщины считают, что они не могут обойтись одним выходным платьем, и затрачивают значительные средства на покупку нескольких нарядных туалетов. Надев нарядное платье один-два раза за сезон, его обычно вешают на многие месяцы в шкаф, а затем обнаруживают, что оно устарело, так как фасон и расцветка не соответ-

ствуют современной моде. Но деньги затрачены, и обидно, что вещь вышла из строя, оставаясь совершенно новой. Поэтому начинают носить это платье в рабочей или даже в обычной домашней обстановке, хотя по своей ткани, фасону, расцветке оно совершенно не подходит для этой цели.

Подобные случаи нередки, когда смешивают два разных понятия: красивое и нарядное. Красивая одежда может иметь любое назначение — это может быть и рабочее и выходное платье; нарядная — это прежде всего такая, которую можно использовать только в определенной обстановке.

Женщина, которая умеет одеваться, заботится прежде всего о том, чтобы в любой обстановке быть одинаково подтянутой, чистой, опрятной, одетой красиво и со вкусом.

Там, где производственные условия того требуют, люди работают в спецодежде. Эта одежда должна быть максимально удобной, всегда свежей и вместе с тем достаточно привлекательной.

Для работы на производстве подходит рабочий костюм в виде закрытого или открытого комбинезона.

Комбинезон хорошо шить из плотной хлопчатобумажной ткани темных расцветок, лучше всего синий, но не черный, так как на черном отчетливо видны малейшие загрязнения.

Для женщин и девушек рекомендуются открытые комбинезоны на широких bretелях, под которые весной и летом можно надеть блузку, а осенью и зимой — вязаную кофточку или джемпер.

Для работы в учреждении пригодны костюмы, платья и юбки с блузками.

При этом следует избегать слишком узких и коротких юбок и платьев или юбок с большим количеством складок.

Для рабочей обстановки некрасивы и неподходящи платья из слишком прозрачных тканей, а также платья с большим декольте и без рукавов. Прозрачную блузку из капрона или нейлона на работе можно носить только с жакетом или вязаной кофточкой.

Не пригодны для служебной, деловой обстановки и слишком пестрые, яркие ткани.

Для летнего рабочего костюма хороши клетчатые, неярко расцветки юбки и к ним жакеты из гладких тканей,

платья из полотна, искусственного шелка, хлопчатобумажной ткани, сарафаны с кофточками.

Всегда удобно иметь платье для дома. Живете ли вы в городе или в деревне, придя домой с работы, обязательно смените свое рабочее платье на домашнее. Это не только требование гигиены, но и требование порядка, чистоты и лучшей сохранности одежды. Если же у вас маленький ребенок, то замена уличного или рабочего платья домашним совершенно обязательна, так как это уменьшает возможность передачи ребенку инфекции.

Домашнее платье — это не только халат или пижама. Работающая женщина проводит в халате или пижаме утренние часы до ухода из дому, так как обычно нецелесообразно за это время дважды переодеться.

Не следуйте примеру некоторых женщин и девушек, которые без всяких к тому оснований считают, что дома, в окружении своих близких, можно одеваться небрежно, кое-как.

Из всего этого вовсе не следует, что домашнее платье должно быть каким-то особенным. Нет. Оно просто должно быть красиво, как каждый ваш костюм. Но каким бы оно ни было, оно должно подходить к домашней обстановке и давать возможность выполнять домашние дела.

Наиболее удобным является сарафан с блузкой или джемпером. Сарафан имеет то неоспоримое преимущество перед юбкой, что при любых, самых резких движениях блузка не вылезает из него. Для того чтобы юбка или сарафан не стесняли движений, их шьют в сборку, с крупными складками, клиньями.

Для домашней работы наиболее приемлемы сарафаны с цельной спинкой и передней частью лифа, застегивающейся на пуговицы. Летом такой сарафан шьют из достаточно плотной хлопчатобумажной или штапельной ткани, что позволяет надевать его без комбинации, зимой — из недорогой шерсти или кашемира. Шерстяное платье, у которого износились рукава, почти всегда можно использовать без больших переделок для такого зимнего сарафана.

Само собой разумеется, что для дома наиболее пригодны блузки или джемперы с короткими рукавами.

Удобным фасоном для домашнего платья является так называемое платье-

халат с застежкой до низу. Такой фасон позволяет использовать его и как халат и как домашнее платье. Расстегнув его до пояса и спустив с рук, вы можете удобно умыться. В то же время платье-халат имеет вполне приличный вид.

Наиболее удобный домашний костюм для кормящей матери — юбка с блузкой.

Домашнее платье так же, как и блузка, не должно иметь длинных и узких рукавов, так как такие рукава мешают как следует вымыть руки, что приходится делать множество раз во время любой домашней работы.

Не следует усложнять домашнее платье плиссировками, мелкими многочисленными складочками. Для содержания их в порядке требуется слишком много времени.

Лучше отдавать предпочтение белым воротничкам, отделке из другой ткани. Это почти не выходит из моды, оживляет платье и не усложняет уход за ним.

Домашнее платье не нужно шить из дорогих тканей. Платье из хлопчатобумажной или штапельной ткани красивой расцветки, из недорогого вискозного шелка в горошек, некрупную клетку, в полоску, с цветочками и другим рисунком вполне пригодно для летнего домашнего костюма.

Зимой хороша юбка из недорогой материи, блузка или вязаный джемпер.

Для халатов и пижам также не нужны дорогие ткани, которые, как правило, плохо переносят стирку и частую чистку. Для летнего халата именно поэтому пригоден ситец и штапель, для пижам — штапель или сатин, для зимних халатов и пижам — мягкая и теплая фланель, байка или трикотаж. Для утреннего и вечернего туалета, после ванны, душа хорош халат из плотной, махровой ткани. Наилучшая расцветка для таких халатов — белая или самых светлых оттенков, с узкой неяркой полоской или с мелким рисунком.

Во время работы на домашнее платье надевают фартук.

Фартук должен быть достаточно большим, чтобы закрывать всю переднюю часть платья.

Для многих домашних работ удобны фартуки из пластических материалов. Они легко очищаются от пыли теплой мыльной водой. Но во время большой стирки они не пригодны, так как вода с них скатывается прямо на ноги.

Для больших домашних работ (генеральная уборка, стирка и т. п.) шейте из самой дешевой ткани не слишком длинный, достаточно широкий фартук-халат с застежкой сзади. Его обычно шьют из сатина, ситца, бязи немарких расцветок.

Во время генеральной уборки волосы нужно либо покрыть косынкой, либо надеть специальный резиновый чепчик — такой, который используют во время купанья.

Когда готовят пищу, надевают поверх волос сеточку: она не портит прически и в то же время предохраняет кушанья от попадания волос.

Все, что здесь рекомендовано, подходит как для городских, так и для сельских условий. Однако, учитывая специфику домашних работ женщин на селе, им надо иметь и другую одежду, в которой удобно было бы подоить корову, убраться в хлеву и т. д.

Платья из хлопчатобумажной ткани широко рекламируются современной модой, и в отличие от прошлых лет их предлагают использовать не только для будничных, но и для нарядных платьев.

Хлопчатобумажные ткани прочны, красивы, дешевы. Лучшие сорта этих тканей не садятся, не теряют форму после стирки, не линяют и мало мнутся. Их легко стирать, гладить, и в отличие от всех остальных материй они после стирки и подкрахмаливания становятся иногда красивее новых.

Ассортимент этих тканей очень разнообразен. Кроме ситца, маркизета, майи, в последнее время широкое признание получают такие бумажные ткани, как поплин, пике, репс.

Яркие расцветки, чистые цвета и нарядные рисунки хлопчатобумажных тканей делают их особенно красивыми и эффектными на природе, при ярком солнечном освещении.

Чистота и свежесть — лучшее украшение платья из хлопчатобумажной ткани. Именно поэтому его фасон не должен затруднять глажения и усложнять стирки.

Общеприняты платья с широкой юбкой. В зависимости от моды юбку делают со складками, на сборке или из клиньев.

Удобны сарафаны с кофточками, для которых пригодны не тонкие и прозрачные, а более плотные хлопчатобумажные ткани.

Хлопчатобумажные ткани хороши и для города и для села.

Брюки в последние годы все чаще и у нас и в особенности за рубежом используются в качестве женской одежды.

Фасоны их разнообразны. Среди них встречаются и короткие штанишки и длинные брюки, по своему покрою мало отличающиеся от обычных мужских. Среди образцов, представленных заграничными модными журналами, попадаются и вовсе неприемлемые фасоны женских брюк, плотно обтягивающих ноги. Бессмысленность этих моделей очевидна, так как брюки используются женщинами в первую очередь для больших удобств, большей свободы движений и большей практичности — в этом их назначение.

Брюки для женщин издавна приняты как производственная одежда в тех условиях, где ношение широкого платья — опасно, а узкого — неудобно. Это распространенная одежда и для многочисленных сельскохозяйственных работ. И, наконец, это общепринятая спортивная женская одежда. Современные требования к отдыху, как активному времяпрепровождению, включающему и туризм и спорт, длительные прогулки, экскурсии, сделали брюки удобной принадлежностью гардероба молодой женщины.

Брюки стали применять и в качестве домашней женской одежды. Они имеют неоспоримые достоинства, в особенности для тех домашних работ, при которых приходится пользоваться лестницей — для уборки, мытья окон, обметания потолков.

Однако иные молодые женщины стали носить брюки и в обычных городских условиях — на улице, в кино, на службе, а иные считают даже этот костюм выходным и нарядным, забывая, что брюки удобны и практичны во многих случаях, но отнюдь не всегда, не говоря уж о том, что и красива эта одежда далеко не на всякой фигуре.

Брюки красивы со спортивной курткой, блузкой, свободным жакетом спортивного стиля, но они плохо сочетаются с более женственными линиями обычного пальто, жакета, к ним не идет ни одна шляпа, кроме берета, никакая обувь, кроме туфель на низком каблуке. В особенности неприглядно выглядит эта одежда, если поверх брюк надеты платье или юбка.

Брюки идут к стройной молодой фигуре и, как правило, не идут полным женщи-

нам и в особенности широкобедрым. При таком сложении разумнее вообще отказаться от этого туалета или использовать его только одновременно с достаточно длинным прямым жакетом или курткой, прикрывающей бедра.

В домашних условиях брюки можно носить с жилетами из той же ткани, с джемперами, вязаными кофточками. Красиво сочетаются темные, одноцветные брюки на бретелях с кофточками из шотландки в некрупную яркую клеточку.

Летние брюки можно шить из плотного одноцветного репса, специального штапеля. Для зимних брюк пригодны различные натуральные и искусственные шерстяные ткани, кашемир.

Шерстяное платье очень нужно для вашего гардероба, если вы живете в средней полосе и в северных районах нашей страны и в особенности если в вашем распоряжении нет подходящего плотного костюма.

Зимой и осенью шерстяное платье в качестве выходного туалета имеет преимущество перед шелковым, так как нарядное шелковое платье не принято надевать вязаную кофточку, а без нее в шелковом платье может быть холодно.

Шерстяное платье, если оно хорошо сшито, можно использовать и для приема гостей, в нем можно пойти в театр, на выставку, на вечер.

Красивы для этих платьев одноцветные, мягкие ткани, не слишком ярких оттенков. Если платье предназначается для домашних условий, то наиболее пригодны клетчатые, полосатые, с мелким рисунком шерстяные ткани немарких цветов.

Черное шерстяное платье так же, как и черный костюм, должно быть особенно хорошо сшито. Оно требует высококачественной ткани и строгого фасона.

Платья из шелка могут быть самыми разнообразными. Разновидностей материалов из натурального, искусственного и синтетического шелка множество, и с каждым годом в продажу поступают все новые и новые образцы этих тканей. Среди них есть тонкие, как газ, и плотные, как шерсть, легкие и тяжелые, мягкие и жесткие, торчащие и падающие красивыми округлыми складками. Само собой разумеется, что и платья из этих материй могут быть разного назначения. Но все же шелковые ткани используются чаще всего для одежды выходной и нарядной.

Из плотных натуральных шелков таких, как репс, фэй, муар, и из искусственных тяжелых крепов шьют вечерние платья и костюмы. Эти шелка обычно пригодны и для летних пальто.

Искусственные и натуральные марокены и крепдешины применяют преимущественно для летних платьев.

Для зимних платьев и костюмов наиболее подходят ткани черных и однотонных расцветок, мягких спокойных оттенков. Для летних вещей годятся ткани и ярких расцветок. Однако рекомендуется избегать материй со слишком крупным рисунком — цветами или букетами. Эти рисунки, как правило, крикливы и броски, редко кому идут и быстро выходят из моды.

Нарядное и вечернее платья по своему использованию мало отличаются друг от друга. И те и другие носят в праздничной обстановке. Нарядное платье пригодно для театра и концерта, для вечера в гостях, для танцев. Вечернее платье используется в особенно торжественной обстановке — его можно надеть на встречу Нового года, на банкет, официальный прием, на театральную премьеру. Во всех остальных случаях вечерний туалет выглядит слишком парадно и редко соответствует окружающей обстановке.

Вечерние платья шьют из тканей наилучшего качества — таких, как репс, тафта, муар, а также из парчи и бархата, кружева и прозрачных капроновых тканей.

Конечно, выходное платье вовсе не обязательно должно быть черным. Но темная расцветка и строгий фасон позволяют при желании видоизменить эту одежду применением разнообразных дополнительных предметов туалета и украшений, в то время как более яркая расцветка вынуждает использовать только ограниченный набор

тщательно и умело подобранных аксессуаров.

Нарядное платье можно сшить и из недорогой ткани. Ведь нередко нарядность одежды в значительно большей степени зависит от фасона, чем от ткани. Можно использовать для свадебного платья подкрахмаленный тюль, если фасон будет правильно выбран. В данном случае очень хороша широкая юбка в крупных воланах, затянутый лиф, красивый вырез. Такое платье может оказаться не менее красивым, чем платье из капрона или кружева, хотя обойдется значительно дешевле.

Существует разница между тем, как одеться для приема гостей и для вечера в гостях. У себя дома вы оденетесь поскромнее, чтобы посетившие вас гости не чувствовали себя неловко и смущенно, если они будут одеты не столь нарядно, как вы.

Есть также разница и между тем, как одеться для вечернего и дневного посещения театра, для вечернего и дневного приема гостей. Вечерние приемы и зрелища отличаются от дневных большей парадностью, и это следует учесть в туалете.

Нарядное платье из панбархата или из тяжелого крепа с блестящими украшениями вполне соответствует парадной обстановке концерта. Но летом и в праздничный день на улице, залитой солнцем, такой костюм, даже из светлой ткани, будет производить неприятное впечатление.

Если, придя в гости прямо с работы, вы испытываете некоторую неловкость оттого, что ваш костюм слишком скромен, то не меньшее, а значительно большее неудобство вы почувствуете, если платье по своему покрою, отделке слишком нарядно, вызывает всеобщее внимание и само по себе становится зрелищем.

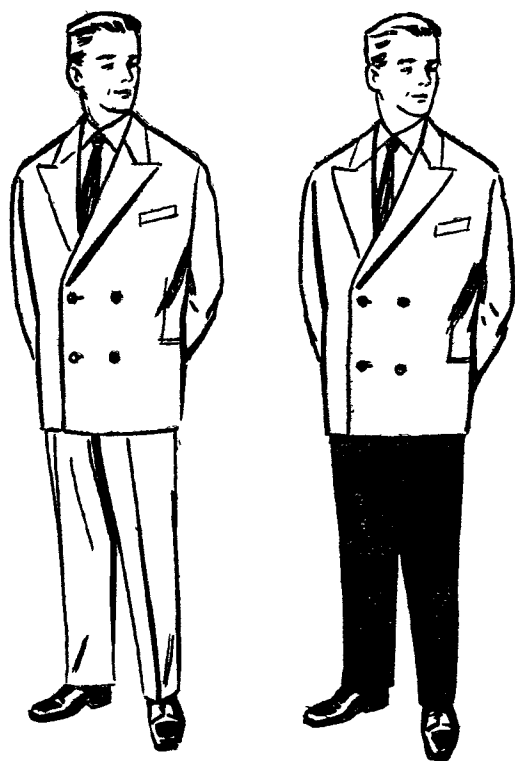
МУЖСКОЙ ГАРДЕРОБ

Мужская одежда в своей основе имеет более простые и строгие линии, меньшее разнообразие цветовых сочетаний, самое ограниченное количество отделок.

Мода видоизменяет эту одежду значительно реже, чем женскую. Силуэт — общее очертание мужской одежды — в течение ряда лет сохраняется. Изменяются обычно только детали — ширина и вели-

чина отворотов пиджака, рисунок этих отворотов, расположение пуговиц, ширина брюк, покрой плеча.

Элегантность мужской одежды полностью зависит от того, насколько хорошо покрой выявляет и подчеркивает достоинства фигуры. В значительной степени красота мужской одежды зависит и от качества ткани, от соответствия этой ткани дан-



Мужчинам низкого роста не рекомендуется пиджак и брюки разного цвета. Зрительно это еще больше снижает их рост

ному фасону; последнее особенно существенно для выходного, парадного мужского костюма.

Всякое преувеличение, броскость, подчеркивание модной линии или расцветки, всякое увлечение сверхмодным совершенно нетерпимы в мужской одежде. Эта одежда только тогда действительно элегантна, когда она не бросается в глаза ни своим фасоном, ни своей расцветкой. Но было бы ошибочным считать, что все мужские костюмы должны иметь стандартный облик. И для мужских костюмов и для пальто можно использовать различные фасоны и цветовые сочетания. Современная мода допускает более яркие, сочные цвета, в особенности для весенних и летних мужских костюмов. Но было бы совершенно неправильным использовать резкие и кричащие оттенки. Можно, к примеру, выбрать для весеннего костюма зеленый цвет, но этот цвет должен быть мягким, спокойным, приглушенным.

Тот же принцип выбора цвета для единственной вещи — для одного пальто или

одного костюма — лежит в основе и мужской и женской одежды: если костюм носят ежедневно и во всех случаях, его расцветка должна быть темной или нейтральной, только второй костюм может иметь светлый или более нарядный цвет.

Ткани для мужских пальто и костюмов разнообразны. Мягкие и плотные ткани лучше сохраняют фасон, приданный покроем, меньше мнутся и красивее ложатся. Ширина и длина брюк в значительной степени зависят от моды. Но и при изменении моды следует учитывать, что слишком длинные и широкие брюки не только неудобны, но и непрактичны, так как они мешают передвижению и внизу быстро обтрепываются. Узкие брюки, которые ввела мода в последние годы, имеют свои преимущества: они не только удобны, но и подчеркивают стройность фигуры. Однако далеко не всем идет этот покрой, в особенности когда он преувеличен.

При любом покрое пиджака обратите внимание на то, как сидит воротник. От правильного выреза ворота во многом зависит красота покроя. Воротник должен плотно прилегать к шее и быть не слишком высоким, так чтобы не соприкасаться непосредственно с телом, а лежать на воротнике рубашки.

Ширина и длина лацканов пиджака под влиянием моды изменяются чаще, чем другие детали костюма. Конечно, желательно, чтобы форма лацканов соответствовала требованиям моды, но и в этом вопросе, как и в других, касающихся одежды, нужно соблюдать умеренность, свидетельствующую обычно о хорошем вкусе.

Наличие тех или иных вещей в мужском гардеробе, естественно, зависит от образа жизни, желаний и вкусов, материальных возможностей.

В средней полосе, в городских условиях, необходимо иметь две верхние вещи — демисезонное пальто и плащ. Зимнее пальто, конечно, желательно, но не обязательно, пока вы молоды. Можно обойтись одним демисезонным пальто еще и потому, что зимой к этому пальто при желании можно надевать отстегивающуюся утепляющую подкладку, а также пристегивающийся меховой воротник. В более северных районах страны зимнее пальто совершенно необходимо.

Но вообще одежда молодых людей не должна быть слишком тяжелой и теплой.

Демисезонное пальто должно быть настолько широким, чтобы под него можно было надеть, если не утепленную подкладку, то куртку, пуловер или другую теплую вещь. Для этих целей наиболее удобны достаточно просторные пальто спортивного типа с поясом или хлястиком и накладными карманами. Расцветка такого пальто может быть либо нейтральной (серой, беж), либо одного из мягких и неярких оттенков синего, коричневого, темно-зеленого цвета.

Черное мужское пальто имеет более парадный вид. Поэтому для него приходится выбирать ткани наилучшего качества и более строгие фасоны, к примеру, пальто, полуприлегающее к талии и двубортное, без пояса и хлястика, с прорезными, а не накладными карманами.

Плащ из плотной шерстяной ткани заменяет и весеннее и летнее пальто. Если, помимо такого плаща, есть возможность иметь недорогой дождевик, то плащ-пальто может быть более светлых и нарядных оттенков.

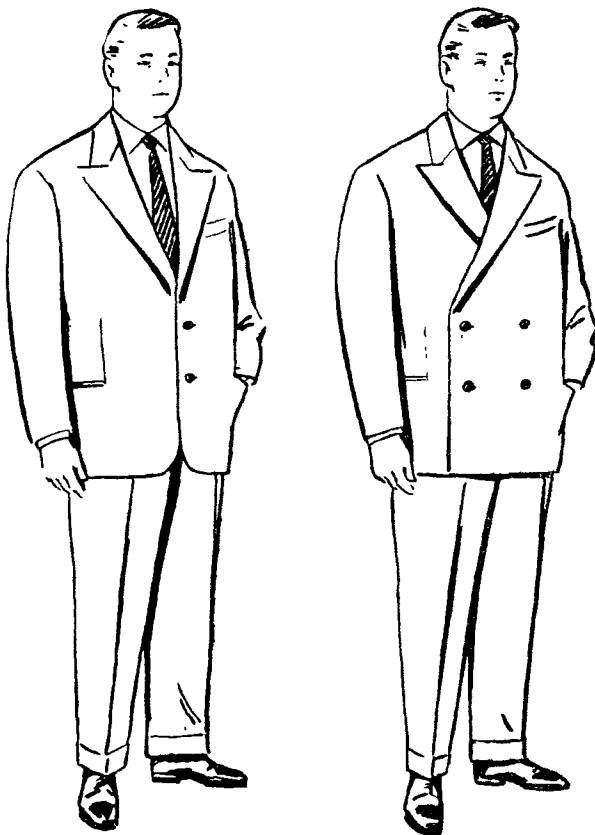
Для гардероба молодых мужчин может быть вполне достаточно трех костюмов — выходного, костюма для работы и летнего костюма. Можно иметь и больше костюмов. Но молодым мужчинам, особенно юношам, вряд ли нужна такая расточительность. Лучше потратить деньги на что-либо другое.

Может и не быть возможности сразу приобрести три костюма. Но стремиться к этому нужно. Разграничивая назначение костюмов, вы дольше их проносите.

Для зимних костюмов используют, как правило, более плотные шерстяные ткани темных расцветок. Вязаные жилеты, пуловеры и джемперы, которые охотно носят сейчас мужчины, своими более нарядными и яркими расцветками придают мужскому костюму необходимое разнообразие.

Для летнего мужского костюма, кроме тонкой и легкой шерстяной ткани светлых оттенков, применяют штапель, репс, плотно, шелк-сырец и чесучу. Надо сказать, что летний шерстяной костюм очень светлого оттенка непрактичен. Он быстро пачкается и требует частой чистки. А это бывает трудно осуществить при наличии одного костюма. Не совсем практична и чесуча, так как она требует частой стирки и очень трудоемкого глажения.

Выходной и повседневный мужские костюмы имеют обычно похожие друг на



Мужчинам с полной фигурой рекомендуется однобортный пиджак.

друга фасоны и отличаются главным образом качеством ткани. Но современная мода широко рекомендует для повседневного, рабочего костюма, в особенности молодым мужчинам, разнообразные куртки, блузы, спортивные пиджаки с кокетками, накладными карманами. Эти куртки и блузы удобны и практичны. Фасоны их многочисленны и разнообразны. Они изготовляются обычно из шерсти, сукна, фланели — для зимы; из репса, чесучи, штапеля и хлопчатобумажных тканей — для лета.

Куртка имеет ряд преимуществ — она значительно дешевле пиджака, зимой под куртку можно надеть толстый вязаный свитер. Последний нельзя надеть под пиджак, так как он закроет рубашку и галстук, что будет некрасиво.

Летняя куртка или блуза удобна тем, что ее можно носить без верхней рубашки и без пиджака.

Куртки и блузы вполне приемлемы не

только для города, но и для села. Там они, пожалуй, могут быть даже более необходимы.

Мода ввела также в обиход мужские костюмы, состоящие из брюк и пиджака разных расцветок. Это нововведение можно считать целесообразным, так как даже при ограниченном гардеробе, но умелом подборе оно позволяет больше разнообразить свою одежду. Если, к примеру, в вашем распоряжении есть пиджак красивого синего цвета, то вы можете иметь два совершенно разных костюма, надевая к такому пиджаку то серые, то синие брюки.

К наиболее распространенным сочетаниям можно отнести коричневый разных оттенков (шоколадный, кофейный, красновато-коричневый) и беж, темно-синий и один из оттенков серого или темно-голубого и др.

Эти рекомендации будут правильными только тогда, когда оттенки этих цветов гармонируют друг с другом. Можно подобрать синий и голубой, и это окажется очень удачным, мягким и красивым сочетанием. Но бывают такие оттенки синего и такие оттенки голубого, которые вовсе не сочетаются.

На производстве в качестве рабочего костюма наиболее удобен комбинезон. Его лучше шить из хлопчатобумажной ткани серого, бежевого, защитного цвета, а также темно-синего или коричневого. Черный цвет для мужской производственной одежды так же не подходит, как и для женской: на нем особенно сильно заметны загрязнения, пыль и пятна.

На разных производствах пользуются как открытыми, так и закрытыми комбинезонами. Но открытый требует верхней рубашки, которая быстро пачкается.

Не только женщинам, но и мужчинам рекомендуется, придя домой, сменить свой обычный рабочий, а в особенности выходной костюм, на домашнюю одежду. Для дома хороши различные куртки и блузы свободного покроя, легкие пиджаки с кокеткой, поясом, накладными карманами. Их можно надевать к обычным брюкам, либо к специально сшитым для дома брюкам спортивного типа.

Пижама из тонкой ткани светлых расцветок следует считать спальной принадлежностью, одеждой для утреннего туалета. В этой пижаме неприлично появиться в общественном месте — в вагоне, в доме отдыха, у себя дома в присутствии посторонних. Существуют пижамы, которые заменяют домашний костюм, но их шьют из одноцветных тканей. Верх таких пижам по своему покрою скорее напоминает куртку или пиджак.

Все это относится главным образом к зимнему времени, потому что летом, особенно за городом, лучшая одежда для юношей, молодых мужчин — спортивные брюки и рубашка с коротким рукавом.

Выходной и парадный мужской костюм обычно бывает черного цвета, строгого фасона, из добротной, красивой ткани. По установившейся традиции этот костюм носят только с белой рубашкой (гладкой, без всякого рисунка). Иногда манжеты и воротничок подкрахмаливают.

АНСАМБЛЬ И АКСЕССУАРЫ

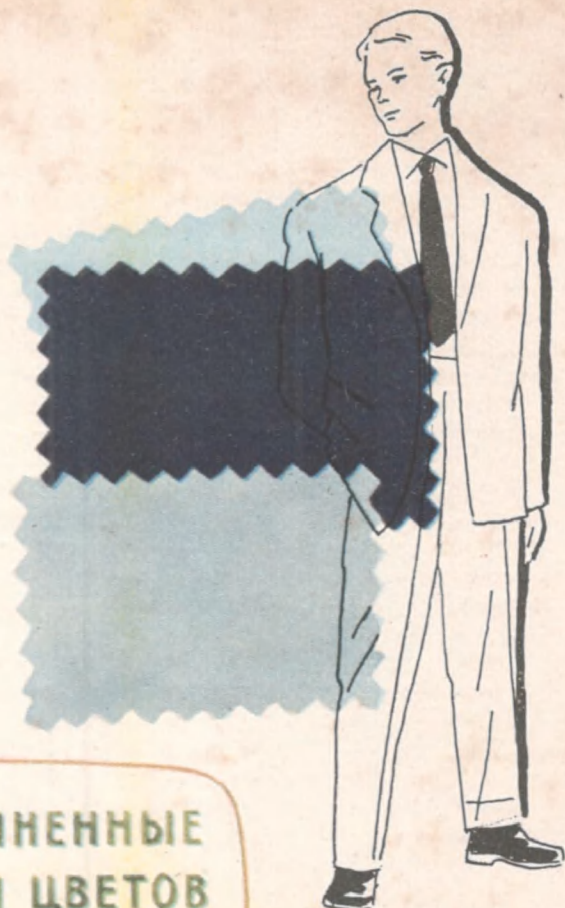
Когда говорят об одежде, часто употребляют термин «ансамбль». Применительно к одежде этот термин означает единство и взаимосвязь основных и дополнительных предметов туалета, гармоничную согласованность его частей.

В основе создания ансамбля в одежде могут лежать различные требования. Ансамбли создаются всевозможного назначения — для разных сезонов, возрастов, профессий, для мужчин и женщин, для детей и подростков.

Примером готового ансамбля является костюм — юбка, жакет и блузка. Можно создать гармоничный ансамбль из разных

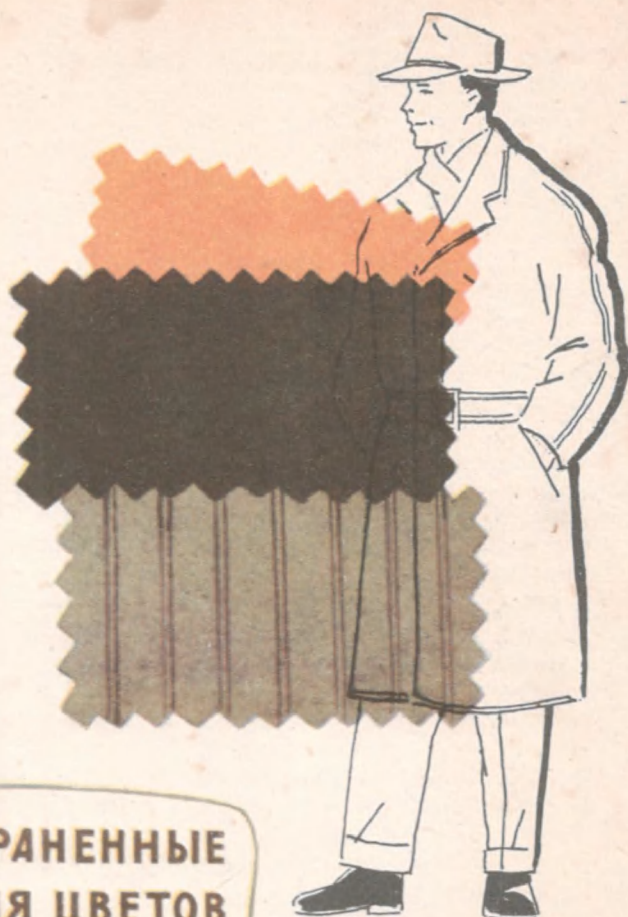
вещей, к примеру: юбка, блузка и вязаная кофточка; платье и жакет; две вязаные кофточки — одна маленькая с коротким рукавом, другая в виде жакета. Что объединяет в таких костюмах различные предметы? Фактура ткани, единство стиля, цветовые сочетания.

Головные уборы, обувь, перчатки, сумки, чулки, носки, галстуки, кашне и другие предметы туалета принято называть аксессуарами. Несмотря на то, что эти предметы дополнительные, они играют большую роль в одежде. Не говоря уже об их практическом значении, они служат одним из главных средств объединения от-

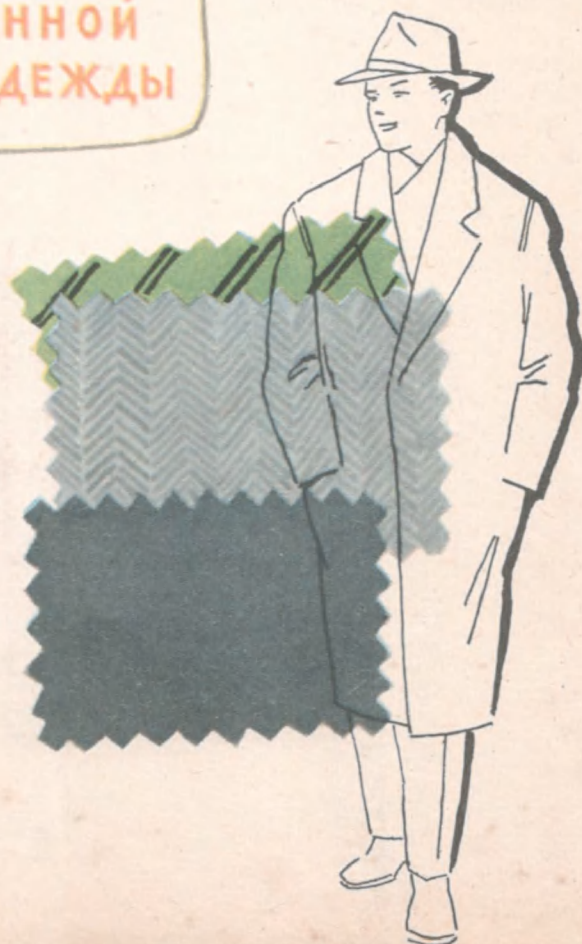
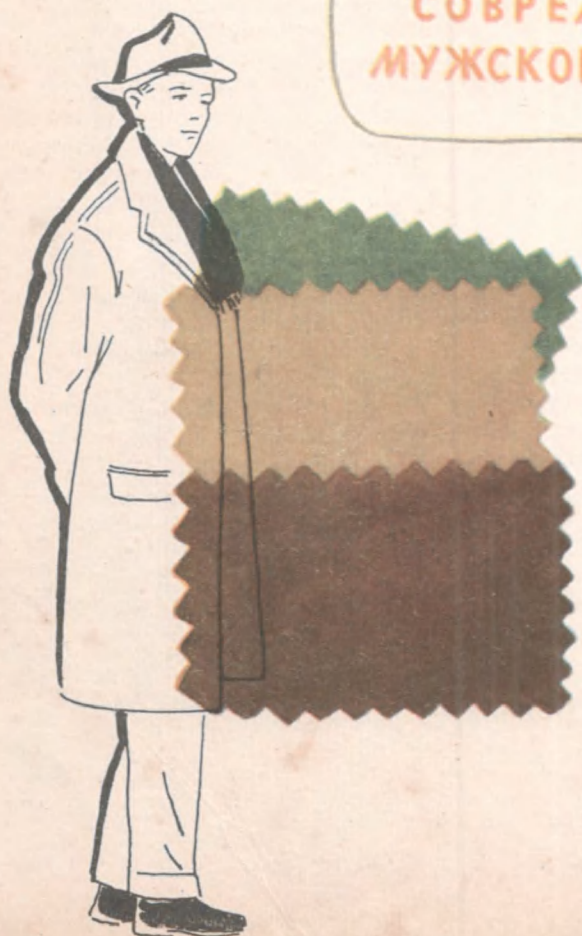


РАСПРОСТРАНЕННЫЕ
СОЧЕТАНИЯ ЦВЕТОВ
СОВРЕМЕННОЙ
МУЖСКОЙ ОДЕЖДЫ





РАСПРОСТРАНЕННЫЕ
СОЧЕТАНИЯ ЦВЕТОВ
СОВРЕМЕННОЙ
МУЖСКОЙ ОДЕЖДЫ



дельных предметов туалета в единый ансамбль.

Хорошо подобранные аксессуары создают элегантность любого, даже самого скромного туалета.

Нередко девушки и женщины, которые имеют всего два-три платья, создают впечатление, будто они располагают многими вещами. Такое разнообразие чаще всего связано именно с применением аксессуаров.

К примеру, у вас есть черное платье из плотного шелка или шерсти, простого и строгого фасона. С белым воротничком и манжетами, с черными кожаными туфлями оно вполне пригодно для служебной обстановки.

А если вы наденете к этому платью замшевые или лакированные туфли, пояс, а вместо воротничка приколете красивый белый цветок, то в этом же платье вы с успехом можете отправиться в театр или на концерт.

Шарфик или воротничок яркого цвета, сумка, пояс из цветной яркой кожи придадут тому же платью более нарядный, «веселый» облик, и вы в нем можете пойти на вечер, в гости, к друзьям.

Так три разновидности аксессуаров дают возможность по-разному использовать одно и то же платье.

Любая одежда становится красивее и наряднее, если дополнительные предметы туалета соответствуют ей и объединяют ее.

Костюм только тогда действительно элегантен, когда он составляет одно целое, а не является набором разрозненных вещей, пусть даже очень красивых.

Нередко шляпа, которая даже идет к лицу и имеет изящный фасон и отделку, столь мало подходит ко всей остальной одежде, что воспринимается как нечто чужеродное, как некое резко контрастное и неприятное для глаз пятно. Да и сама одежда от такого сочетания теряет свою привлекательность.

Аксессуары можно подбирать либо к основной одежде — к платью, костюму, либо в сочетаниях друг с другом.

Аксессуары подбирают как по цвету, так и по однородности материала (из кожи, замши, лака и т. п.).

При ограниченных средствах правильнее подбирать дополнительные предметы в соответствии друг с другом и отдавать предпочтение тем расцветкам, которые хо-

рошо сочетаются со многими цветами одежды.

Черные сумку, туфли, шляпу, перчатки можно использовать к черному и серому, синему и бежевому, ярко-зеленому, темно-красному и белому костюмам.

Под влиянием моды цветовые сочетания одежды и дополнительных предметов меняются.

Если вы посмотрите портреты начала прошлого века, вы заметите в одежде обилие расцветок. В мужском костюме — голубые фраки, желтые панталоны, сиреневые шляпы, серые жилеты, розовые галстуки или другие подобные сочетания. В женском костюме — то же разнообразие цветов, но, как правило, мягких, неярких оттенков.

Наш современный костюм строже, несмотря на то, что сочетание цветов в нем бывает и более контрастным.

Современная мода допускает яркость и разнообразие красок преимущественно для летних платьев, вязаных вещей и для спортивной одежды. Во всех других случаях стремятся к тому, чтобы костюм имел не более двух-трех цветов, причем наилучшим вариантом считается, когда один цвет берется для основной одежды, а второй — для аксессуаров.

К яркой, пестрой одежде больше всего подходят однотонные неяркие аксессуары, которые, объединяя туалет, смягчают, приглушают его окраску. Для одежды, выдержанной в темных, блеклых тонах, преимущество отдают обычно аксессуарам более ярких, сочных расцветок, которые оживляют, делают более нарядными эти скромные туалеты.

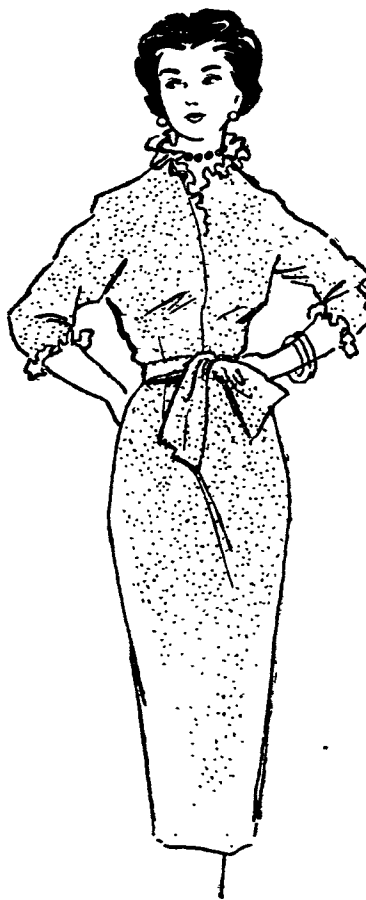
При подборе аксессуаров рекомендуются обращать внимание на точное, а не приблизительное совпадение цвета. К примеру, вы захотели приобрести дополнительные предметы туалета коричневого цвета. Тогда уместно подобрать сумку более светлого коричневого оттенка, туфли более темного, а перчатки самого светлого. Все это вместе взятое позволит вам создать ансамбль.

Но если, подбирая красные аксессуары, вы купите вишневого цвета туфли, кораллового цвета сумку и темно-розового — шарфик или перчатки, то никакого ансамбля у вас не может получиться, так как оттенки всех предметов не гармонируют друг с другом, несмотря на то, что основной их цвет красный. Поэтому при

Это разные платья?



1



2



3

Нет, это одно и то же платье. Различные отделки и аксессуары позволяют использовать его для разных назначений: для улицы (1), для театра (2), для работы (3).

покупке аксессуаров нужно поступать так же, как и при подборе ниток для шитья одежды, то есть брать с собой образчик цвета и подбирать к нему вещь, соответствующую ему и по расцветке и по оттенку.

При выборе аксессуаров яркой расцветки лучше всего ограничиться двумя, в крайнем случае тремя предметами одного цвета. Вполне достаточно, если сумка и туфли будут одного цвета, а все остальные аксессуары — перчатки, пояс, шляпа того же цвета, что и основная одежда.

Пуговицы, пряжки, застежки-«молнии», пояса, карманы, складки, оборки, банты, вышивка, плиссировка и многое другое, являясь деталями одежды, служат и ее отделкой и также подчинены моде.

Когда вы подбираете к своему платью отделку или украшения, посмотрите, подходят ли они к покрою одежды, сочетаются ли с особенностями ткани.

Даже самые красивые, но крупные и тяжелые пуговицы будут выглядеть грубыми и ненужными на платье из крепдешина, капрона, шифона или другой легкой и тонкой ткани. То же самое произойдет с оборками на платье из тяжелой, плотной шерсти. Плиссировка красива, но, конечно, не на пушистой ткани. На одежде из пестрой ткани совсем не нужна вышивка.

Форма отделки выбирается всегда в сочетании с основными линиями покроя. Прямые линии, острые углы, длинные вырезы, узкие отвороты никак не сочетаются с круглыми карманами или круглыми кокетками. Точно так же некрасивы и неуместны карманы, отвороты, кокетки в виде острых углов на костюме, основой которого является закругленная линия. И совсем уже не сочетаются на одном и том же костюме отделки, различные по своей форме. Можно при желании соединить складки и плиссировку, так как в своей основе они имеют прямую линию. Можно одновременно использовать оборки и бант, так как и они имеют общую закругленную линию. Но вы никак не соедините, не нарушив гармонии, на одном и том же платье складки и оборки.

К одноцветным и гладким тканям значительно легче подобрать отделку, чем к пестрым. К платьям из одноцветной ткани идут разнообразные воротнички, вставки, шарфы, банты из тонких материй — капрона, органди, нейлона, креп-

жоржета. Одноцветную ткань можно украшать вышивкой, когда она модна.

Отделка для одноцветных платьев может быть либо такого же цвета, как и платье, либо более темного или светлого оттенка (если основная ткань имеет яркий цвет). Если же платье сшито из ткани серого, бежевого, черного, белого цвета, можно использовать и яркий контрастный цвет, но в этом случае количество отделки должно быть умеренным.

Одноцветные платья часто отделывают пестрыми, клетчатыми или полосатыми материалами, подбирая их соответственно окраске самого платья.

Но если вы шьете платье из пестрой или клетчатой и полосатой ткани, не отделявайте его другой пестрой тканью. Пестрое платье можно украсить либо гладкой тканью соответствующего цвета, либо основной тканью платья, уложенной в другом направлении. Мода допускает для отделки этих платьев воротнички, банты, вставки из кружева, органди, капрона, пике.

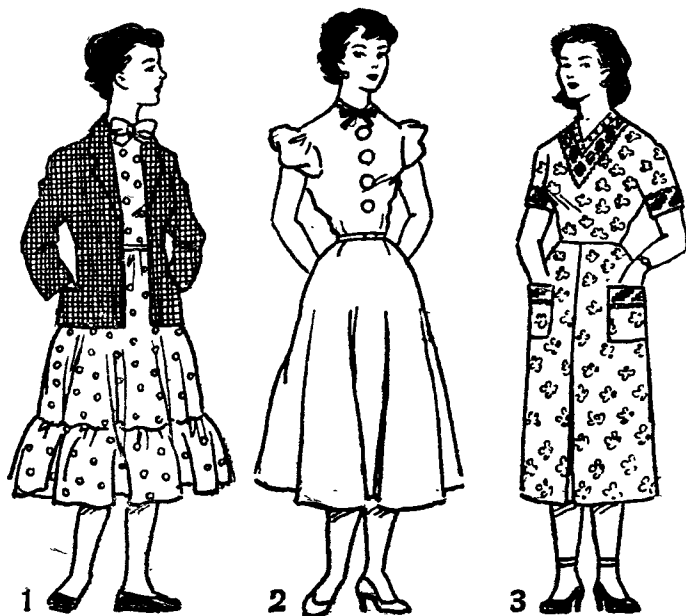
Изящные, легкие банты и шарфики из тонких тканей придают костюму привлекательный вид своей легкостью, свежестью. Поэтому их не пришивают к платью, а лишь слегка прикрепляют. Кончики банта также должны свободно лежать на платье. Но иногда банты делают жесткими, с плотной прокладкой внутри и тогда их прочно пришивают к платью.

На украшениях и отделке одежды влияние моды сказывается особенно сильно. Однако при любых требованиях моды нужно учитывать, что чем дороже, красивее, наряднее ткань, тем в меньшем количестве отделок и украшений она нуждается.

Если элегантность костюма во многом зависит от его чистоты и опрятности, то отделка и предметы украшения должны быть особенно безупречно чисты и свежи. Помятая, поблекшая, выцветшая отделка не украшает, а портит платье.

Под влиянием моды время от времени для украшения женского туалета используют броши, клипсы, бусы, ожерелья. Нередко девушки и женщины злоупотребляют этим. А ведь украшения только тогда нужны, когда они действительно украшают костюм, когда они идут к лицу, когда они красивы и изящны. В противном случае лучше отказаться от них.

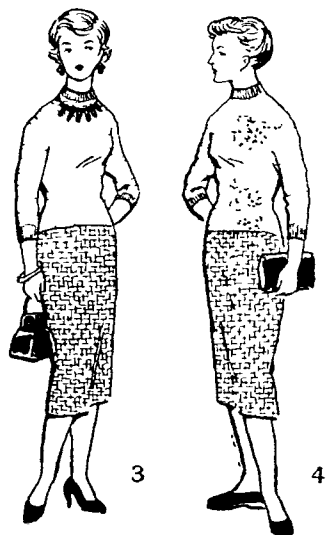
Головные уборы еще в большей степени, чем одежда, должны соответствовать



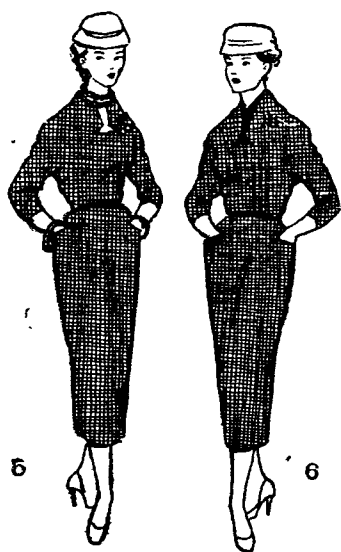
*Не
рекомендуется:*



строгий костюмный жакет к пестрому платью (1), крупные тяжелые пуговицы на платье из легкой или прозрачной ткани (2), вышивка на ткани с рисунком, носки с туфлями на высоком каблуке (3), оборки на платье строгого прямого фасона и рисунка (4), блузка с оборочками к плиссированной юбке (5).



Об
украшениях



Браслеты, серьги, бусы — это слишком много для домашнего платья (1). Вполне достаточно одна нитка бус (2). Серьги, крупные бусы, браслет не идут к платью спортивного типа (3). Спортивный костюм лучше носить без украшений (4). Повседневное платье также не нуждается в украшениях (5). значительно лучше оно без украшений (6). Даже к нарядному, вечернему платью не обязательны многочисленные украшения (7, 8).

внешнему облику человека. Желательно примерять головные уборы у большого зеркала так, чтобы виден был весь ансамбль туалета. Трудно дать абсолютно точные советы, кому какой покупать головной убор. Но некоторые советы все же дать можно.

Так, маленькие шляпы, оставляя лицо открытым, как бы подчеркивают его привлекательность. Но такие шляпы не скрывают и недостатков внешности.

Берет и шляпы, имеющие в своей основе форму берета, наиболее подходят к одежде спортивного стиля. Разнообразие размеров, ширины и высоты беретов дает возможность приспособлять их к любой внешности. Носят эти головные уборы и с небольшими украшениями — бантами, заколками (к нарядным пальто и платьям) — и без всяких украшений.

Высокие и худые мужчины и женщины должны помнить, что для их сложения и внешности наиболее выгодны шляпы с невысокой тульей (головкой) и с отделкой, расположенной по горизонтали. При очень высоком росте следует избегать носить шляпы того же цвета, что и весь остальной костюм, а также шляпы с высокой головкой и маленькими узкими полями.

Большие шляпы с широкими полями зрительно как бы уменьшают рост. Именно поэтому такие головные уборы не рекомендуются людям ниже среднего роста.

Спущенные большие поля и плоская прямая тулья зрительно как бы укорачивают лицо и делают его шире. Поэтому такие шляпы будут красивы на людях с продолговатым овалом лица.

При выборе обуви руководствуются прежде всего ее соответствием назначению: для улицы, для работы, домашняя, нарядная и т. п. Но, как и все предметы нашей одежды, обувь должна быть красивой.

Кто не знает, что красивые туфли смогут украсить любое платье, даже самое скромное. Однако многие забывают, что неудобная обувь, вынуждая приспособляться к ней походку, затрудняет шаг, сковывает движения, лишает изящества.

Стремление старинной моды во что бы то ни стало любыми средствами уменьшить и сузить ступню женской ноги приводило к тому, что, начиная с раннего возраста, девочка-подросток, а затем девушка носила обувь неподходящих разме-

ров, которая сжимала и, по сути дела, калечила ногу, в особенности пальцы. Ступня приобретала противоестественную форму, деформировалась, и это приводило к болезни ног.

Современная мода вовсе не ставит перед собой задачи во что бы то ни стало уменьшить размер ступни. Самое элементарное представление о красоте и гармоничности тела требует, чтобы оно покоилось на соответствующем его размерам основании. Слишком маленькая ступня при крупной, массивной фигуре производит впечатление чего-то противоестественного и негармоничного. А при полной фигуре и полной ноге маленькая ступня зрительно как бы еще больше подчеркивает полноту. Именно поэтому полным и высоким женщинам не следует стремиться к тому, чтобы фасон обуви уменьшал ногу.

При невысоком росте и умеренной полноте пригодны фасоны обуви с поперечными линиями, горизонтально расположенными бантами и тому подобными украшениями, которые создают впечатление как бы укороченной ступни.

К нарядным платьям, особенно к вечерним, современная мода рекомендует обувь на высоком каблуке. Однако нужно помнить, что эта обувь красива, хороша только тогда, когда в ней умеют легко и непринужденно передвигаться. При неустойчивой походке слишком высокий каблук может оказаться некрасивым. Он быстро сворачивается на сторону, а кривые каблуки портят ансамбль любого туалета.

Нужно учитывать, что к костюму спортивного стиля не подходят слишком нарядные туфли на высоком каблуке, так же как нарядное платье некрасиво с обувью спортивного типа.

Конечно, красива обувь в цвет костюма, но при невозможности иметь различную обувь предпочтение нужно отдать черной, которая подходит к любой одежде точно так же, как летом белые туфли можно использовать ко многим платьям.

Фасоны обуви меняются под влиянием моды довольно часто. Но эти изменения касаются не столько самих фасонов, сколько различных украшений и отделок. Более низкий и широкий или более тонкий и высокий каблук, более узкий или широкий носок модны обычно не один, а несколько сезонов.

Существует фасон, который моден почти всегда, — это так называемые туфли-

«лодочки». Эти туфли красивы и на высоком и на низком каблуке, они подходят и к нарядному и домашнему платью. Удобный и красивый вырез, мягкая кожа хорошего качества, самая скромная отделка или даже ее полное отсутствие сделают ваши туфли «лодочки» пригодными для всех случаев жизни.

Тем, кто проводит свою работу стоя или в движении, приходится уделять особое внимание обуви.

Бывает, что женщины после большой работы по дому — уборки или стирки — жалуются на то, что у них болят ноги. Причиной этого может быть не только

естественная усталость, но и то, что во время этих работ носят неподходящую обувь. Женщина, привыкшая к обуви на каблуке, надев тапочки или домашние туфли без каблуков, сначала чувствует себя в них удобно, но после продолжительной носки испытывает боль в икрах от непривычного положения ноги. Именно поэтому домашние туфли для работы лучше всего те, которые имеют небольшой и широкий каблук.

Тапочки или комнатные туфли можно носить с халатом или пижамой. Но, переодевшись в домашнее платье, наденьте обычные удобные, простые туфли.

НАЙДИТЕ СВОЙ СТИЛЬ

Только фигуры, нарисованные в модном журнале или воспроизведенные в манекенах витрин, одинаковы. Лишенные недостатков, они лишены и всех достоинств живого человеческого тела: его гибкости, грации, своеобразия, всего того, что создает внешнюю привлекательность, отличает одну фигуру от другой.

Нет одинаковых фигур и одинаковой внешности, поэтому и не существует фасонов одежды, пригодных и наиболее красивых всегда и для всех без исключения. Платье, которое выглядит изящно на одной женщине, на другой кажется безвкусным и некрасивым, и это бывает вовсе не из-за того, что фигура одной безупречна, а у другой есть большие недостатки сложения. Просто к одной женщине данная вещь идет, то есть соответствует фигуре и внешности, подчеркивая ее достоинства и смягчая недостатки, а в другом случае — не соответствует и подчеркивает, делает особенно отчетливыми недостатки, заслоняет достоинства.

Останавливая свой выбор на той модели, которая кажется особенно красивой и изящной, мы невольно забываем, что рисунки журнала мод изображают не нас самих, а фигуру, наиболее соответствующую этому фасону.

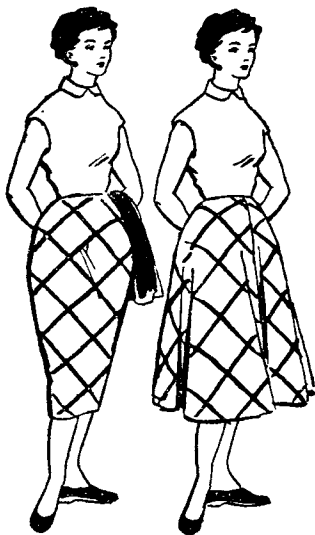
Нужно уметь «прочитать» картинку журнала мод, уметь мысленно как бы примерить, надеть на себя нарисованное платье или костюм.

Выбор фасона, ткани, расцветки, отделки во многом зависит от моды, но в пределах того, что считается в данное время мод-

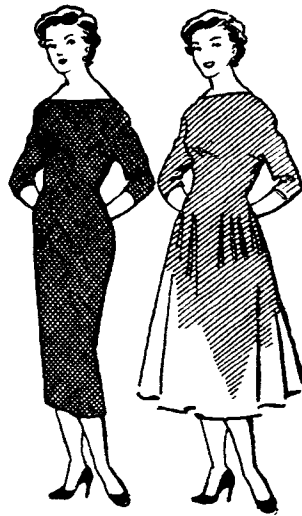
ным, нужно отдавать предпочтение тем линиям покроя, расцветкам, тканям, которые наиболее соответствуют вашему внешнему облику.

Нередко про женщину, которая одевается со вкусом, изящно и красиво, говорят, что она «нашла свой стиль». И действительно, если присмотреться к ее гардеробу, к совершенно различным вещам, которые его составляют, — платьям, пальто, костюмам, можно обнаружить нечто общее между этими столь различными вещами, какую-то общую черту. В одних случаях — это простота, скромность и даже строгость, в других — легкость, изящество, в третьих — особая женственность и мягкость.

Каждый из нас, по всей вероятности, встречал женщин, которые имеют особенно привлекательный вид в своей обычной одежде — в рабочем или домашнем платье, а в нарядном и праздничном — кажутся разряженными и неестественными. Но бывает и так, что вы с трудом узнаете в театре или в гостях свою соседку или сослуживицу: настолько изменило и украсило ее нарядное платье. Значит ли это, что первая должна носить только будничные, «скучные» платья, а вторая — и в домашней обстановке и на работе украшать себя серьгами, бусами, бантами. Конечно, нет. Но при выборе своих туалетов первая поступит правильно, если откажется от излишних украшений, от сложных и затейливых фасонов и будет отдавать предпочтение одежде строгого покроя, найдя в изящной простоте свой собственный стиль. А вторая, придавая своему обычно-



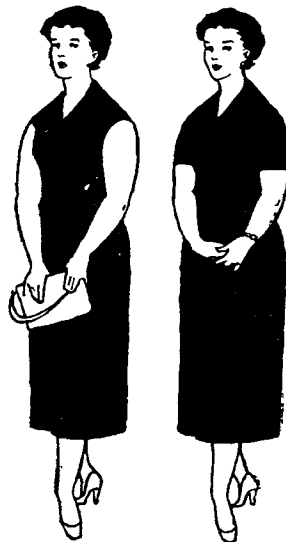
1



2



3



4

расширяющаяся книзу юбка при широких бедрах, узкая юбка подчеркивает эту особенность сложения (1); широкая юбка-клеш или в сборку скрадывает выпуклость живота; узкое платье, облегающее фигуру, сильно подчеркивает этот недостаток (2); при широкой талии лучше носить свободную блузку, куртку или жакет, а не платье с прилегающим лифом (3); излишнюю полноту рук подчеркивает платье без рукавов, в этом случае нужны рукава закрывающие самую полную часть руки (4).

му костюму оттенок нарядности (конечно, очень сдержанный и уместный), также создаст свой стиль в одежде.

Но чтобы создать свой стиль в одежде, надо уметь критически оценивать свои внешние данные. Зеркало в этом лучший советчик. И очень часто люди, фигура и сложение которых нам кажутся безупречными, обязаны этим во многом фасону своей одежды и мастерству закройщика.

Линия покроя играет решающую роль в любой одежде.

Прямые, вертикальные линии придают туалету стройность, некоторую строгость и как бы увеличивают рост. Горизонтальные, поперечные линии как бы делят фигуру на части и тем самым зрительно укорачивают и расширяют ее.

Если у вас полная фигура, старайтесь использовать в своей одежде, в ее главных деталях вертикальные линии покроя и несколько более удлиненные платья, пальто, костюмы и юбки. На полной женщине обычно хорошо выглядят прямые или только слегка прилегающие модели. Скрадывают излишнюю полноту однотонные жакеты и пальто, рукава цельнокроеные, длинные или ниже локтя; воротники в виде шали; узкие или глубокие вырезы со вставками из ткани другого цвета. Рекомендуют у бокового шва — карманы. На некоторых полных фигурах хорошо выглядят встречные или веерообразные складки на передней части платья, распушенные на 30—35 см от линии талии.

Особенно подчеркивают излишнюю полноту и поэтому не идут к полным фигурам пышные, широкие и короткие, в сборку или клеш платья и юбки, слишком узкая и обтягивающая фигуру одежда, сильно драпированные лифы, широкие и затянутые пояса. Лучше вообще избегать пояса, намечая линию талии мягкими вытачками. А уж если носить пояс, то только из той же ткани, что и ткань платья или пальто. Рекомендуются также не выбирать моделей с широкими рукавами, в особенности расширяющимися книзу. Не пригодны для тех, у кого короткая и полная шея, стоячие воротники или глухие вырезы «по шее».

Полным и невысоким женщинам рекомендуют прямые, неотрезные по талии платья и пальто. Поэтому почти всегда на такой фигуре лучше выглядит платье, чем юбка с блузкой. Им не следует выбирать короткие жакеты или куртки. Зрительно еще более снижают рост и подчеркивают

полноту слишком большие воротники, особенно круглые или в виде пелерины, и круглые кокетки. Не пригодны также оборки, складки, расположенные в поперечном (горизонтальном) направлении. При таком сложении не рекомендуются комбинированные платья из тканей разного цвета и широкие пояса.

Высоким и полным женщинам можно сочетать в своей одежде и вертикальные и горизонтальные линии. На таких фигурах хорошо выглядят полуприлегающие жакеты, пальто и комбинированные платья из двух тканей разной расцветки.

При широких бедрах к фигуре идут модели, которые как бы зрительно расширяют и увеличивают верхнюю часть туловища до талии, что создаст более правильные пропорции фигуры. Поэтому при таком сложении можно выбирать фасоны одежды с пышным и коротким рукавом. Скрывают ширину бедер прямые юбки или юбки, расширяющиеся от наиболее широкой части бедер. Вполне допустимы платья, украшенные внизу юбки оборкой, воланом или плиссировкой. Сильно затянутые пояса подчеркивают ширину бедер.

Женщинам и девушкам с короткой талией не идут модели платьев или костюмов с большой кокеткой или воротником в виде пелерины. На таких фигурах красивы фасоны, в которых линия талии удлинена мягкими вытачками.

Для фигуры с большим бюстом подходят свободные, прямые платья и жакеты, мягкие линии лифа. Женщинам с такой фигурой обычно идут платья-костюмы. Им рекомендуется избегать одежды, плотно облегающей и обрисовывающей верхнюю часть туловища до талии, также обильных драпировок на лифе, карманов и пуговиц, расположенных на груди. Отделку при желании можно расположить либо у выреза, либо на плече. При впалой груди рекомендуется отдавать предпочтение моделям, у которых драпировки, банты, жабо, оборки, большие карманы расположены на груди, а также блузкам или вставкам с поперечными оборочками или складочками. Само собой понятно, что недостаток сложения подчеркивают плотно облегающие лифы, вязанные свитеры и обтягивающие вязанные кофточки.

Для худощавых и высоких женщин выбор модели платья легче, так как современная мода и современная картинка модного журнала имеет в виду скорее худо-

Какие фасоны
рекомендуются
для
худых и
полных?



В верхнем ряду изоб-
ражены совершенно
одинаковые худощавые
фигуры (1, 2, 3), а в
нижнем ряду также оди-
наковые полные фи-
гуры (4, 5, 6). Разные по
фасону платья зритель-
но видоизменяют эти фи-
гуры.



щавую и высокую, чем полную и маленькую женщину. Женственную округлость худощавой фигуре придают широкие, пышные, собранные у талии и расширяющиеся книзу юбки, поперечные полосы, складки, воланы и все поперечные, горизонтальные линии покроя. Красивы на таких фигурах драпированные или мягкие линии лифа, широкие, пышные, преимущественно короткие рукава, баски, круглые или овальные вырезы, отделка в виде бантов или жабо, большие круглые воротники, широкие пояса. На худощавых и высоких женщинах обычно хорошо сидят широкие и короткие жакеты и куртки, а удлиненные и слишком узкие платья и пальто, так же как и длинные рукава, слишком сильно подчеркивают худощавость фигуры. При длинной и худой шее предпочтение приходится отдавать маленькому круглому вырезу, стоящему воротнику или стойке, завязывающейся бантом, когда это допускает мода.

Маленьким женщинам можно посоветовать выбирать модели с деталями и украшениями небольших размеров — маленькие бантики, маленькие карманы, не слишком большие пуговицы и украшения.

Если вы привыкли сутулиться, то первый вам совет (впрочем, так же, как и тем, кто считает себя излишне полным) — займитесь гимнастикой, которая поможет наиболее безболезненно, быстро и достаточно эффективно избавиться от этих недостатков. Но пока вы не научились держаться прямо, при выборе фасона вашей одежды учтите, что покрой реглан подчеркивает сутулость. Модели с проймой рукава, заходящей больше на спину, чем на переднюю полу, зрительно скрывают этот дефект, так же как свободный, прямой, отстающий от спины покрой жакета или пальто и овальный вырез. Сутулость заметна сильнее всего, если одежда вовсе без воротника или воротник имеет форму маленькой стойки, тогда как отстающий по спинке сзади воротник скрадывает этот недостаток. Сутулость становится заметнее, если на спинке делают глубокие и слишком высокие вытачки; рекомендуется заменять их сборками или мягкими заплатами, схваченными хлястиком. Неудачны для сутулых крупные пуговицы или украшения, оттягивающие перед платья и тем самым обрисовывающие спину, мало пригоден вырез круглый или каре.

В мужском костюме гораздо реже, чем в женском, возникает опасность покроем

слишком резко подчеркнуть ту или иную особенность или недостаток сложения. И все-таки некоторые советы полезно учитывать при выборе фасона.

Так, полным мужчинам рекомендуются однобортные пиджаки, так как двубортные, застегнутые на все пуговицы, будут подчеркивать полноту. К ним идут удлиненные пальто и пиджаки, свободного покроя пальто, куртки, блузы, кители.

На худощавых мужчинах хорошо выглядят широкие куртки, спортивного типа пиджаки, блузы с кокетками.

Узкие брюки делают мужскую фигуру стройнее, но при слишком широком торсе и слишком полной верхней части туловища такой резкий контраст между верхней и нижней частью фигуры производит неприятное впечатление.

Мужчинам низкого роста следует избегать различных по цвету брюк и пиджака, так как это зрительно как бы снижает рост еще больше. Удлиненный фасон пиджака зрительно увеличивает рост, и, наоборот, слишком короткие пиджаки не идут к людям ниже среднего роста. Зрительно укорачивают фигуру слишком большие лацканы и накладные карманы.

При сутулости мужской фигуры плечи пиджака должны быть подложенными. Сутулым мужчинам нужно избегать пальто и плащей фасона реглан, сильно затянутых поясами курток.

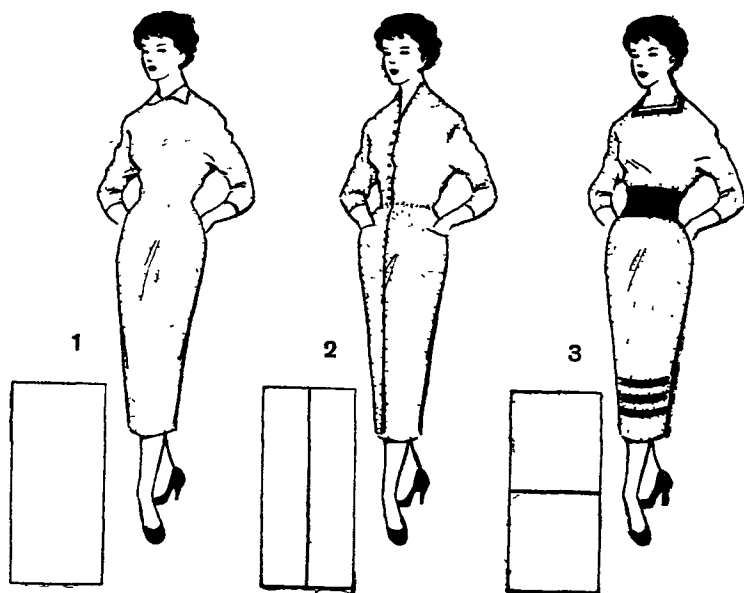
Недостатком мужской фигуры считается излишняя ширина бедер. Уменьшить этот недостаток может удлиненный и достаточно свободный покрой пиджака и несколько большая ширина брюк.

Для узкоплечих не пригодны трикотажные и сильно обтягивающие вязаные вещи. Им рекомендуются куртки и блузы свободного покроя, спортивные пиджаки с кокетками и накладными карманами и, само собой разумеется, подложенные плечи одежды.

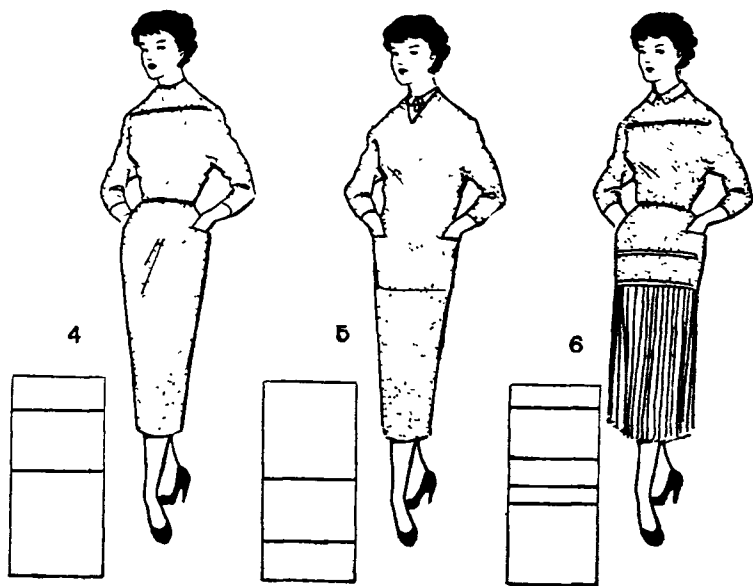
Соответствие возрасту — одно из главных условий пригодности костюма для данного человека. Но в любом возрасте одежда не должна старить.

Учитывая возраст наших читателей, хочется посоветовать — не выбирайте для своего костюма слишком «взрослые» и «солидные» ткани, такие, как панбархат, черное кружево, не прельщайтесь затейливыми фасонами, это будет вас старить.

Стройность линий тела, тонкость талии,

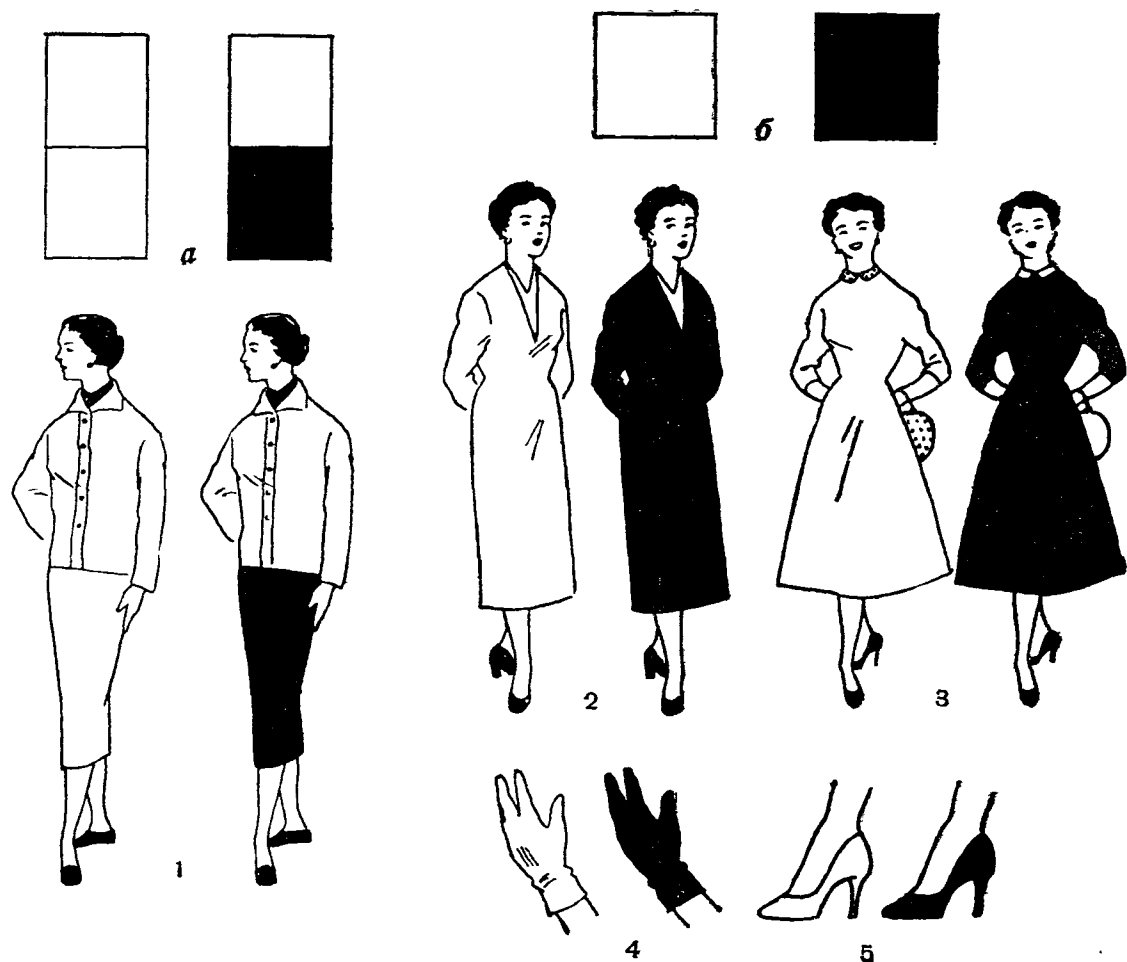


Что
удлиняет
и что
укорачивает
фигуру

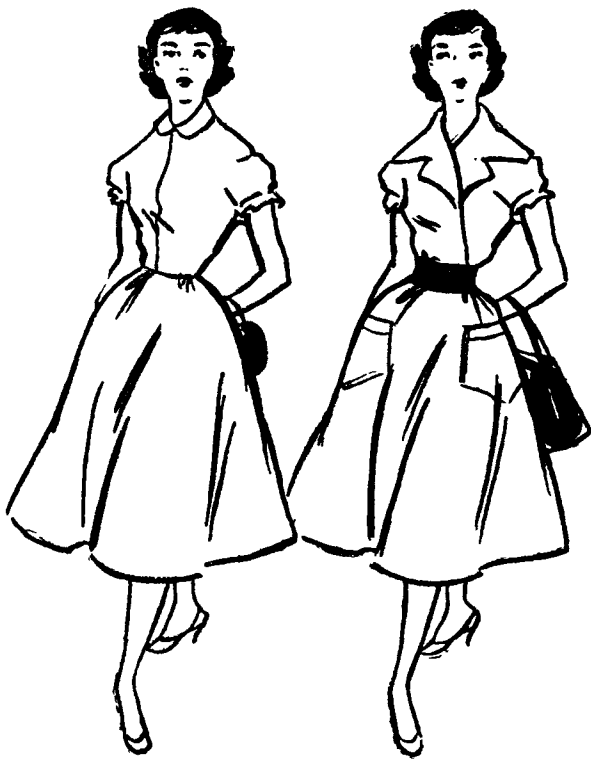


Прямоугольник 2 кажется выше, чем прямоугольник 1, потому что он как бы удлинен вертикальной линией. На этой зрительной иллюзии основано применение в одежде маленьких или полных женщин вертикальных удлиняющих линий. Поперечные линии и полосы укорачивают и утолщают фигуру (3). Поперечные линии выгоднее располагать сверху вниз в убывающей или возрастающей пропорции (4 и 5), но не беспорядочно (6), что также укорачивает фигуру.

Влияние цвета



Сочетание разных цветов зрительно снижает рост (1). Убедитесь в этом на сравнении одноцветного и двухцветного прямоугольника (а). Светлые ткани полнят (2), в этом также легко убедиться, сравнивая белый и черный квадраты (б). Из этих же соображений миниатюрным не рекомендуются темные ткани, которые зрительно как бы уменьшают фигуру (3). Светлые перчатки увеличивают руку, а темные — уменьшают (4). Светлая обувь не рекомендуется женщинам с большими ногами (5).



К миниатюрной фигуре не идут слишком крупные детали одежды (воротнички, карманы и др.).

гибкость и грациозность молодой фигуры не нуждаются в особо сложных фасонах и обильных отделках. Костюм, имеющий в своей основе простые и строгие линии, значительно рельефнее выявляет достоинства такого сложения.

На молодой, стройной фигуре красивы и узкие и широкие юбки, и нарядные, прозрачные блузки, и вязанные джемперы, жилеты, свитеры, и легкие воздушные платья из шифона, капрона, и платья из пестрого ситца. На такой фигуре хороши и спортивные платья и нарядные вечерние туалеты.

Когда мы говорим, что та или иная вещь вашего туалета идет вам — мы имеем в виду не только линии покроя, но и расцветку ткани, которая подчеркивает достоинства цвета лица, волос, глаз и смягчает их недостатки.

Совершенно естественно, что девушка или женщина, у которой красивые глаза, хочет расцветкой одежды оттенить это и потому выбирает те цвета, которые, по ее мнению, наиболее выигрышны для глаз.

Женщины с голубыми или синими глазами подбирают для своей одежды синие, васильковые, голубые цвета. Женщины с зелеными глазами отдают предпочтение зеленому цвету и используют его либо для основной одежды, либо для отделок, украшений.

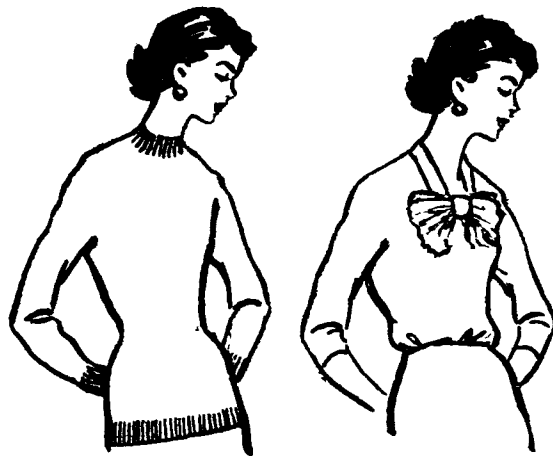
Повторение цвета выгодно тогда, когда хотят подчеркнуть достоинство окраски. Но при красивых глазах может быть бледная кожа, в таком случае не столь важно подчеркнуть красоту глаз, которые и без того хороши, а необходимо «оживить» цвет лица, сделать этот недостаток кожи менее заметным.

Отметим, между прочим, довольно существенную деталь: выбирая тот или иной цвет ткани для одежды, нужно помнить, что этот цвет довольно сильно меняется в зависимости от освещения. Поэтому для вечерних платьев нужно выбирать ткани только при электрическом свете.

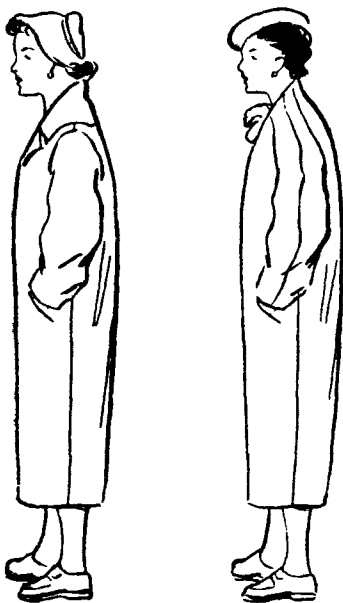
Цвет ткани играет значительную роль для смягчения того или иного недостатка фигуры. Полный человек, одетый в черный или темный костюм, выглядит более стройным, тогда как светлые ткани подчеркивают полноту фигуры.

Полным женщинам рекомендуется избегать очень пестрых и ярких тканей.

Худощавым можно использовать все светлые оттенки, в особенности все светлосерые тона, которые, делая фигуру как бы менее рельефной, скрадывают этим излишнюю худощавость.



При впалой или плоской груди рекомендуется располагать украшения (бант, жабо, карманы) на груди, не носить натянутых лифов и плотно прилегающих вязанных джемперов.



Слегка отстающий воротник и прямой покррой пальто уменьшают сутулость фигуры. Покрой реглан и отсутствие воротника зрительно увеличивают сутулость.

В некоторых изданиях, посвященных одежде, можно найти множество различных рекомендаций относительно цветовых сочетаний, наиболее выигрышных для брюнеток, блондинок, шатенок, для женщин с различными оттенками кожи и т. п. Приведем некоторые из этих рекомендаций.

Черный цвет идет ко всем, у кого цвет кожи не имеет слишком смуглой окраски.

Белый цвет также считают пригодным для всех, кроме тех, у кого слишком яркий или слишком бледный цвет лица.

Синий и все его оттенки, от голубого до ярко-василькового и самого темного, также подходит многим — блондинкам, брюнеткам, шатенкам, в особенности если они не смуглолицы.

Красный идет шатенкам (в особенности брусничные и розовые оттенки), брюнеткам (кирпичные, свекольные оттенки), блондинкам (более мягкие оттенки красного).

Зеленый цвет издавна считают цветом рыжеволосых. В более мягких оттенках этот цвет идет к светлой коже блондинок и шатенок. Зеленый с желтым оттенком подходит брюнеткам.

Коричневый в зависимости от оттенка идет блондинкам (красные оттенки) и брюнеткам (желтовато-коричневые оттенки).

Ярко-желтый цвет подходит смуглолицым брюнеткам, а светлые и мягкие оттенки желтого цвета хорошо сочетаются с золотистыми волосами.

Ярко-желтый или оранжевый цвет не годится для блондинок с золотистыми волосами, так как от такого соседства цвет волос проигрывает.

«Теплые» оттенки розового цвета, то есть все розовые с примесью желтых, но не голубых оттенков идут блондинкам, а «холодные» оттенки розового (то есть с примесью голубых и синих цветов) больше подходят брюнеткам.

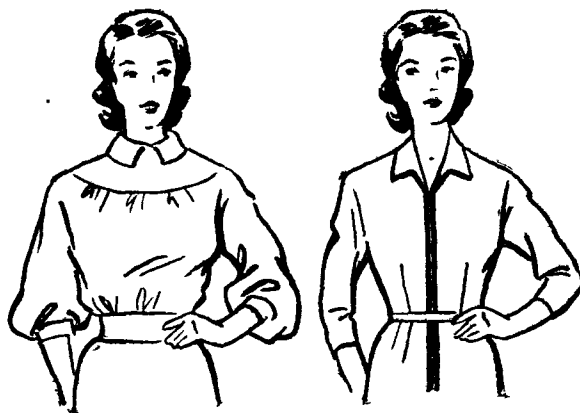
К загорелой коже лица подбирают обычно яркие цвета — желтые, красно-коричневые, коралловые. Белый, голубой, синий, сине-зеленый цвета сильнее всего подчеркивают загар, а коричнево-золотистые тона придают загорелой коже более темный цвет и в зависимости от этого могут идти или не идти к лицу.

Черный цвет не подходит к загорелой коже. Проигрывают при загаре и розовые оттенки.

При слишком бледной коже лица следует вовсе избегать желтого и ярко-красных цветов, так как они в данном случае слишком контрастны и подчеркивают бледность кожи.

Зеленый цвет обладает свойством придавать всем находящимся с ним в соседстве цветам розовый или красноватый оттенок, именно поэтому чаще всего зеленый цвет используют для платьев, шляп женщины с бледной кожей.

Для лиц с излишне яркой кожей наибо-



Зрительно фигура слева кажется полнее. Между тем обе фигуры одинаковы: таков оптический эффект горизонтальных и вертикальных линий.

лее пригодны почти все темные, густые и яркие цвета, кроме ярко-красного. Следует помнить, что черный цвет значительно уменьшает впечатление яркости, в то время как белый подчеркивает ее.

Мягкие, блеклые оттенки обычно также не идут людям с яркой кожей.

Можно ли, руководствуясь этими рекомендациями, безошибочно подобрать цвет, который больше всего идет блондинке, брюнетке, шатенке или рыжеволосой? С нашей точки зрения, руководствоваться только этими советами нельзя и вот по какой причине.

Заочные рекомендации, касающиеся подбора цвета, могут часто ввести в заблуждение главным образом потому, что в природе не существует просто красного, синего, зеленого, желтого, коричневого и других цветов. Каждый из этих цветов имеет множество оттенков и тонов, бывает различной интенсивности.

Мы говорим: коралловый, вишневый, брусничный, малиновый, бордо, свекольный, темно-розовый, — и далеко не исчерпываем этим всех оттенков одного красного цвета.

Мы говорим: янтарный, золотистый, лимонный, соломенно-желтый, желто-зеленый, — и также не исчерпываем всех оттенков желтого цвета.

Практически вы знаете, что если нужно подобрать недостающий кусок ткани, даже

гладкокрашеной, или нитки для шитья цветного платья, совершенно недостаточно попросить в магазине тот или иной цвет, а нужно захватить с собой лоскуток и подобрать к нему путем сравнения оттенков нужного цвета.

И поэтому, когда категорически заявляют, что, к примеру, голубой цвет идет блондинкам, то в одном случае это может быть и правильным, а в другом — ошибочным. Голубой цвет, являясь одним из оттенков синего цвета, в свою очередь, имеет различные оттенки: бирюзовый, сине-голубой, серо-голубой, голубовато-сиреневый, цвета морской воды и т. д. Один из этих оттенков может очень идти к лицу, а другой — вовсе не пригоден.

Существует только один способ правильно определить, идет или не идет тот или иной цвет, — это накинуть ткань на плечи или приложить ее к лицу. Если цвет как бы освещает лицо, оживляет и освежает его, считают, что он идет; если же лицо от такого соседства тускнеет, приобретает какую-то «вялую», неопределенную окраску, это верный признак, что данный цвет не идет.

Убедившись, что тот или иной цвет действительно наиболее выигрышно соответствует внешности, многие избирают его на долгие годы, используют наиболее часто и охотно для различных предметов туалета.

УМЕНИЕ НОСИТЬ ПЛАТЬЕ

Если женщина, надев платье, не позаботится, чтобы оно было аккуратно застегнуто и оправлено, если бант или брошка прикреплены кое-как, чулки не натянуты и шов их на боку, туфли, забрызганы грязью и прическа растрепана, никакое новое и красивое платье не будет иметь привлекательного вида. Вот почему на одной женщине костюм сидит хорошо, выглядит красиво и элегантно, а на другой — плохо, неряшливо и о ней обычно говорят, что она не умеет носить платье.

Даже дорогой и красивый мужской костюм может произвести самое неприглядное впечатление, если он плохо отутюжен, брюки на коленях вытянуты, карманы оттопырены, лацканы пиджака скручены. А недостаточно свежая рубашка с помятым воротничком, слишком длинными рукава-

ми, дурно почищенная обувь и небрежно, кое-как повязанный галстук придадут такому костюму и вовсе непрезентабельный вид.

Нужно уметь надеть на себя платье так, чтобы оно выглядело аккуратным, опрятным, подтянутым.

Вне зависимости от того, куда вы направляетесь: в театр, в гости или на работу, приучите себя одеваться тщательно, проверять исправность всех деталей и мелочей костюма. Не допускайте небрежности ни в чем. Это займет у вас лишние пять минут, но вы будете уверены, что все на месте, все в порядке.

Умение носить платье во многом зависит и от того, насколько удобно, естественно, непринужденно вы чувствуете себя в нем.

Нельзя надеть тонкое, прозрачное или плотно облегающее фигуру платье, не подобрав к нему подходящего белья, которое по своему фасону, отделке и ткани будет соответствовать одежде, хорошо сидеть, не высовываться из-под платья, не образовывать некрасивых складок.

Для того чтобы платье с облегающим фигуру лифом, затянутое в талии, хорошо сидело на полной фигуре, нужно надеть под него специальный пояс или так называемую грацию (пояс вместе с бюстгалтером).

Любое платье и костюм гораздо лучше сидят на подтянутой фигуре. Но подтянутая не значит затянутая, когда линии и очертания тела теряют мягкость и гибкость.

Перетягивая фигуру, узкий пояс или лифчик образует на ней некрасивые складки. Гораздо лучше, если бюстгалтер, пояс или грация, не слишком сильно затягивая, как бы оформляют фигуру, придавая ей правильные очертания.

Следует напомнить и о том, что слишком узкие пояса и бюстгалтеры не гигиеничны. Они затрудняют дыхание и кровообращение и сдавливают пищеварительные органы.

Неловкость, которую вы испытываете из-за того, что фасон платья непривычен, слишком моден или наряден, становится порой заметна всем окружающим, и не без основания они считают, что вы не умеете носить этот туалет.

Если новое платье стесняет вас, наденьте его предварительно два-три раза дома, привыкните к нему, а потом уже выходите в нем в гости, на концерт или в театр.

Современная мода ввела в обиход открытые платья без рукавов. Не говоря уже о том, что эта одежда требует особого белья (бюстгалтеров и комбинаций без бретелей), к ней нужна еще и привычка.

Умение носить платье требует умения правильно держаться. Надев длинное вечернее платье, женщина не должна ходить широким и энергичным шагом, и не только потому, что длина платья препятствует этому, но и потому, что такой шаг нарушил бы весь стиль, присущий этому туалету.

Нельзя сидеть заложив ногу за ногу, особенно если на вас короткое платье. Нельзя передвигаться мелкими семенящими шагами, если вы надели спортивный костюм.

В любой одежде нужно держаться естественно. Но, однако, если вы не выпрямитесь и будете сутулиться, ваш костюм от этого проигрывает, ведь когда вы его мерили или выбирали, вы невольно держались прямо и он сидел хорошо именно на прямой, а не на сутулой фигуре.

Сочетание правильной осанки, подтянутости, прилаженности любой одежды и естественности, непринужденности в манере носить ее, держаться в ней, правильный подбор аксессуаров и составляют умение носить одежду.

О РАЗМЕРАХ ОДЕЖДЫ И ОБУВИ

О размерах одежды. При покупке готовой одежды вам нужно знать подходящие для вас размеры платья, костюма и других швейных изделий.

Размер этот определяется полуокружностью вашего туловища. Окружность туловища измеряется на уровне груди мягкой измерительной лентой с нанесенными на нее делениями на сантиметры (в просторечии такую ленту называют мягким сантиметром). Мягким сантиметром измеряют грудь поверх рубашки, платья или жилета по нижней линии подмышек и по наиболее выпуклой части груди и лопаток. Полученное количество сантиметров делят пополам и получают нужный размер костюма. Стандарт предусматривает выпуск в продажу мужской и женской одежды следующих размеров: 44, 46, 48, 50, 52, 54, 56.

По стандарту установлено пять номеров роста, точнее длины одежды, что соответствует следующему росту мужчин и женщин:

Номер роста одежды (длины)	Рост	Рост в см	
		мужчин	женщин
1	Малый	155—160	149—154
2	Ниже среднего	161—166	155—160
3	Средний	167—172	161—166
4	Выше среднего	173—178	167—172
5	Большой	179—184	173—178

Рост (длина) швейных изделий соответствует высоте человека в обуви, но без головного убора.

Стандарт устанавливает следующие размеры детской одежды:

Одежда для детей	Размеры
Ясельного возраста: 1—2 года . .	18—22
Дошкольного возраста: 2—4 года . .	24—26
„ „ 4—6 лет	28—30
Школьного возраста: 7 лет	32
„ „ 8—11 лет	34—36
„ „ 12—15 лет	38—40
„ „ 15—17 лет	42—44

Готовое белье (мужское и женское) изготавливается тех же размеров, что и верхняя одежда. Лишь размер мужских рубашек определяется не только полуокружностью груди, но и окружностью шеи.

О размерах обуви. Размер кожаной обуви определяют, измерив длину ступни, затем полученное число сантиметров делят на 2 и прибавляют к длине ступни. Так, если длина ступни 28 см, размер кожаной обуви будет: $28 : 2 = 14$; $28 + 14 = 42$. Следовательно, при длине ступни 28 см размер кожаной обуви будет 42.

А по размерам кожаной обуви можно определить размеры резиновой и валяной обуви, а также чулок и носков.

**Справочная таблица
для определения размеров чулочно-носочных
изделий по размерам кожаной обуви**

Обувь	Размер		
	кожаной обуви	чулок и носков обыкновенных	чулок-капрон
Мужская и для подростков	37—38	19	—
	39	21	—
	40—41	25	—
	42	27	—
	43—44	29	—
	45	31	—
Женская	33	19	19
	34—35	21	21
	36	23	23
	37	25	25
	38	25	27
	39—40	27	29
Детская	17—18	12	—
	19—20	13	—
	21—22—23	14	—
	24—25—26	16	—
	27—28—29	18	—
	30—31—32—33	20	—
	34—35—36	22	—

**Справочная таблица
для определения размеров резиновой и валяной
обуви по размерам кожаной обуви**

Обувь	Размер				
	кожаной обуви	калош на кожаную обувь	бот на кожаную обувь	валяной обуви	калош на валяную обувь
Мужская	38	7	8	26	9
	39	8	9	27	10
	40	9	10	27	10
	41	10	11	28	11
	42	11	12	29	12
	43	12	13	30	13
	44	13	14	31	14
	45	14	15	31	14
	46	15	16	32	15—16
Женская	33	0—1	1	23	4
	34	1—2	2	23	4
	35	2—3	3	24	6—6 1/2
	36	3—4	4	24	6—6 1/2
	37	4—5	6	25	7
	38	5—6	6	26	8—9
	39	6—7	7	27	10
	40	7—8	8	27	10
	41	8—9	9	28	11
Для девочек и подростков	34	3	3	23	4
	35	4	4	24	6 1/2
	36	5	5	24	6 1/2
	37	6	6	25	7
Для мальчиков	35	4	5	24	6
	36	5	6	24	6
	37	6	7	25	7
	38	6 1/2	8	26	8—9
Школьная	31	0	1—13	21	2
	32	1	2—14	22	3
	33	2	3—15	22	3
	34	3	4—16	23	4
Детская	27	8—9	9—10	19	12
	28	9—10	10—11	20	13
	29	10—11	11—12	20	13
	30	11—12	12—13	21	14
Дошкольная	22	1—2	2—3	16	5
	23	2—3	3—4	17	6
	24	4—5	5—6	18	9
	25	5—6	6—7	19	11
	26	6—7	7—8	19	11
Гусариковая	18	—	—	—	—
	19	0	0	13	0
	20	—	—	14	1
	21	0	1	15	2

ОБ УХОДЕ ЗА КОЖЕЙ, ЗУБАМИ И ВОЛОСАМИ

Свежая, чистая, здоровая кожа, безупречная чистота рук, волос, ногтей, блестящие белизной здоровые зубы — все это не только сохраняет и укрепляет ваше здоровье, но и служит лучшим и незамечным вашим украшением.

От вас самих во многом зависит, в каком состоянии ваша кожа, волосы, зубы. Вы можете уберечь их от разрушения и преждевременного увядания, если воспитаете в себе привычку к чистоте, к постоянным и частым умываниям.

Потребность в чистоте — настоятельная и одна из самых первых потребностей культурного человека.

Иногда неправильно думают, что уход за кожей сводится к тому, чтобы время от времени смазывать ее кремом, уход за волосами ограничивают перманентом, а уход за зубами — посещением зубного врача, когда болят зубы.

Уход за кожей лица. Правильно подобранный крем, конечно, помогает сохранить красоту кожи лица и в известной мере исправляет ее дефекты. Но было бы легкомысленным считать крем главным средством ухода за кожей.

Нормальный режим дня, правильное питание, достаточное пребывание на свежем воздухе, нормальный и своевременный сон и отдых, повседневные, тщательные умывания, регулярные водные процедуры, физкультура, спорт, отсутствие таких вредных привычек, как курение и злоупотребление спиртными напитками, — все это положительно, благотворно действует на весь организм и, само собой разумеется, на кожу.

Даже незначительные дефекты кожи при неправильном уходе могут легко и незаметно стать значительными. Поэтому всегда лучше прибегнуть к квалифицированным советам врача-специалиста.

Нормальную кожу лица моют два раза в день. Перед сном умываются с мылом, утром — без мыла.

Косметологи рекомендуют как наиболее нежные и не раздражающие кожу «Детское» мыло и «Мыльный крем для бритья».

Но если все же после умывания с мылом вы замечаете неприятную сухость или покраснение, обратитесь к косметологу, который укажет состав, заменяющий мыло.

Жесткая вода сушит кожу. Поэтому рекомендуют умываться охлажденной кипяченой водой.

Для смягчения и питания вполне нормальной кожи можно при желании использовать «Ланолиновый», «Детский», «Бархатный» кремы. Но надо помнить, что кремы (кроме кремов под пудру) вовсе не безразличное средство. Каждый из них имеет специальное назначение, указанное на этикетке. Поэтому следует отказаться от вредного навыка использовать кремы без разбора.

Медицина располагает весьма эффективными и разнообразными средствами ухода за кожей, среди которых значительное место занимают питательные и гигиенические маски, массажи лица и другие методы лечения.

Все эти процедуры назначаются и осуществляются врачами-специалистами. Под их руководством и, пользуясь их подробными указаниями, а также указаниями специальных изданий по уходу за кожей, можно научиться выполнять эти процедуры и самим.

Учтите, однако, что массаж только тогда действительно укрепляет мышцы лица и предохраняет кожу от преждевременного увядания, когда он проводится безупречно правильно. В противном случае вместо пользы может получиться вред, так как неправильное массирование создает новые морщины, не устраняя старых.

Преждевременные морщины на лбу, у глаз и носа нередко бывают вызваны привычкой гримасничать, щуриться, морщить лоб.

Слишком резкая, преувеличенная мимика, так же как излишне энергичная жестикуляция, вообще некрасива. Но из этого вовсе не следует, что в заботах о своей внешности, об отсутствии морщин нужно отказаться от улыбки, от всякой мимики и превратить свое лицо в неподвижную маску.

Уход за руками. Женщине, занимающейся домашним хозяйством, нужно особенно тщательно следить за состоянием кожи рук.

Кроме обязательного для всех — для детей и взрослых — мытья рук перед едой, после прихода с улицы, женщине при-

ходится мыть руки множество раз в процессе любой домашней работы и особенно тщательно во время приготовления пищи.

Именно поэтому хозяйке рекомендуется мыть руки обязательно с туалетным мылом, но не холодной водой, от которой портится кожа, а теплой (не горячей), и тщательно вытирать их до полной сухости.

Существуют специальные кремы для смягчения кожи рук. Широко известен смягчающий состав: 100 г глицерина, 5 г нашатырного спирта, 40 г одеколна и 100 г воды. Эту смесь втирают в кожу рук перед сном и при ощущении сухости кожи несколько раз в день. По понятным причинам во время приготовления пищи этой смесью пользоваться нельзя.

Уход за зубами. От состояния зубов зависит ваше здоровье, не говоря уже о том, что отсутствие хотя бы нескольких зубов или пожелтевшие зубы портят внешность.

Зубы чистят утром и обязательно вечером, перед сном.

После еды надо прополаскивать рот, а застрявшие остатки пищи извлекать только зубочисткой, но ничем другим.

Не реже двух-трех раз в год, в целях профилактики, следует посещать зубного врача.

Уход за зубами начинают с самого раннего детства. Не допускайте распространенной ошибки родителей, будто молочные зубы не следует чистить и лечить, так как вместо них появятся другие.

Уход за волосами. Состояние волос, так же как и кожи, во многом зависит от общего состояния организма.

Волосы и кожа головы должны быть чистыми.

Нормальные, не слишком жирные и не слишком сухие волосы моют не реже одного раза в 10—12 дней. Жирные волосы моют чаще — один раз в неделю.

Сухие волосы портятся от частого мытья, поэтому их моют один раз в 2—3 недели.

Чтобы смягчить жесткую воду, в нее для мытья головы добавляют на 1 л воды 1 чайную ложку нашатырного спирта или столько же пищевой соды или буры.

Для мытья нормальных волос годится любое туалетное мыло. Жирные волосы моют жидким мылом или шампунем. Сухие волосы хорошо промываются

с помощью «Детского» или «Яичного» мыла. Расчесывают волосы гребнями с тупыми зубьями. После гребня хорошо расчесать волосы специальной жесткой щеткой.

При обильном выпадении волос надо обращаться к врачу.

Многие мужчины считают необходимым для предотвращения преждевременного полысения часто брить голову. Это ошибка. Косметологи и дерматологи рекомендуют эффективными средствами борьбы с ранним полысением, к ним и надо обращаться за советом и помощью в этих случаях.

Кроме холодной завивки (на бигуди, на тряпочках и т. п.), которую можно считать совершенно безвредной для волос, всякая другая искусственная завивка, а в особенности горячими шипцами, совсем не безразлична, а в ряде случаев может оказаться и вредной.

Нет причесок, пригодных для всех, и поэтому ваш вкус, если это необходимо, может вносить в модную прическу самые основательные поправки или даже вовсе ее отвергнуть.

В отличие от одежды, где модная линия обычно воспринимается как наиболее красивая, прическа, если она одна у всех, да еще не идет к лицу, никогда не кажется красивой.

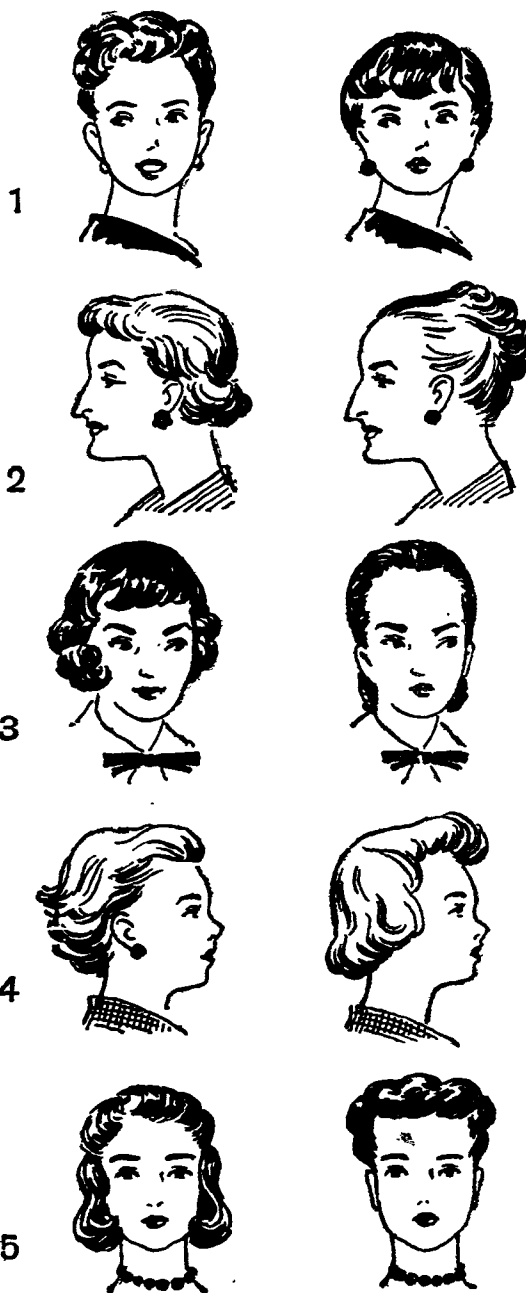
Объективная оценка своей внешности и зеркало скажут вам больше, чем любой совет. Однако же при выборе той или иной прически учтите, что мягкие, волнистые и короткие волосы, кудряшки и локоны молодят; прямой пробор придает лицу строгость и идет к тем, у кого правильный профиль; низкий узел волос на затылке не годится, если шея коротка, высоко подобранные сзади волосы подчеркивают красоту шеи и как бы удлиняют ее; при низком лбе и широком лице не следует носить челку и спускать волосы на лоб; высоко поднятая надо лбом прическа увеличивает рост и удлиняет лицо; пышная прическа уменьшает излишнюю ширину лица.

Следует также помнить, что мелкая завивка вообще некрасива, и во всех случаях нужно отдавать предпочтение крупным и мягким волнам или локонам.

О мужской прическе можно сказать только несколько слов. Мужчины обычно не нуждаются на этот счет ни в каких особых

Выбор прически

Круглому лицу идет приподнятая прическа (1). Длина носа увеличивается при зачесе волос назад (2). Излишне высокий лоб слегка прикройте волосами (3). При вздернутом носе надо причесываться назад (4). Локоны могут несколько прикрыть широкие щеки (5).



советах. Они, как правило, носят довольно короткую стрижку, приглаживают волосы, если они плохо лежат, щеткой и слегка смазывают их брильянтином.

Слишком длинные волосы, перманент и вычурные мужские прически во всяком возрасте некрасивы и смешны.

О маникюре. Как бы вы ни были заняты, куда бы ни пошли и как бы ни оделись, ваши руки и ногти должны быть безукоризненно чистыми и в полном порядке.

Если вы делаете маникюр, не увлекайтесь слишком темным или ярким лаком — вишневым, лиловым, оранжевым или перламутровым. Гораздо красивее светло-розовый лак, по цвету приближающийся к натуральному цвету ногтей.

Не следует отпускать очень длинные ногти; это неудобно и некрасиво и делает руку похожей на птичью лапку.

Не подрезайте ногтей слишком коротко, так как и это некрасиво. Миндалевидная форма ногтя считается наиболее красивой.

Для того чтобы руки имели опрятный вид, мужчины также должны аккуратно обрезать ногти, подтачивать их пилкой, удалять заусенцы, но никогда не красить их лаком.

Несколько слов о косметике. Мы не станем уверять вас, что вы еще настолько молоды, что косметика вам вряд ли нужна. Скорее всего вы и сами понимаете, что ваша кожа не нуждается в пудре, а губы ярки и без помады.

Но, отдавая дань моде, некоторые прибегают к косметике.

Послушайтесь, однако, дружеского совета — не увлекайтесь. Сильно накрашенные губы старят, лишают лицо его индивидуального выражения, делают все лица неприятно похожими друг на друга.

Некрасива яркая косметика в особенности при солнечном освещении: лицо становится резким, его черты излишне подчеркиваются.

Здоровый летний загар и тот блеск, который он придает молодой коже, даже несколько веснушек вокруг носа, во сто крат милее, мягче, женственнее, чем самая дорогая косметика на молодом и свежем лице.

Если вы все же считаете, что ваши губы недостаточно румяны, а нос «непозволительно блестит», вы можете использовать самое умеренное количество пудры и по-

мады, особенно при дневном освещении, и лишь при вечернем освещении можно чуть-чуть поярче покрасить губы и чуть сильнее попудриться.

Блондинке и шатенке, если у них светлая кожа, больше идет светлая пудра, слегка розоватого оттенка, но не совершенно белая. При ином освещении и в особенности зимой, на холоде, она придает коже неприятную голубизну. Темные шатенки и брюнетки пудрятся более темной пудрой цвета загара или «рашель».

Если вы блондинка или светлая шатенка, возьмите самую светло-розовую губную помаду, если брюнетка — немного потемнее. Чем ближе цвет помады к натуральному цвету губ, тем красивее. Поэтому следует избегать губной помады «морковного» или лилового цвета даже тогда, когда это делают завзятые модницы.

Очень светлые, как бы выцветшие, блесые ресницы некрасивы. Можно подкрасить ресницы и придать им более темный оттенок. Но ресницы, густо намазанные специальной тушью, имеющие противоестественную длину и торчащие во все стороны, также некрасивы. Не говоря уже о том, что женщины, сильно гримирующие свои ресницы, могут оказаться в смешном положении, так как жирная тушь часто дает потеки.

К некоторым лицам не идут широкие, разросшиеся брови. При помощи специальных щипчиков можно самой придать бровям красивую форму. Но и этим нельзя увлекаться и оставлять вместо бровей тоненькую ниточку, покрашенную в черный цвет.

О духах. На этот счет у вас, конечно, есть свое мнение и свои привязанности. Но не забывайте, что душиться нужно не чересчур обильно, потому что слишком резкий запах духов напоминает парикмахерскую, парфюмерный магазин, от него хочется чихать — эффект, которого вы вовсе не добиваетесь.

Итак, немного духов, предпочтительнее свежих, а не пряных ароматов.

Еще в меньших количествах, чем женщинам, мужчинам следует применять духи и одеколон, отдавая предпочтение не сильным запахам, и использовать преимущественно одеколон, но не духи. Небольшое количество одеколona после бритья бывает совершенно достаточным.

* * *

Вы, наверное, обратили внимание, что, говоря о платьях, украшениях, обуви, косметике, духах, о всех предметах туалета, мы прежде всего рекомендуем умеренность и сдержанность. Это не случайно. Еще и еще раз повторяем: умеренность, сдержанность, строгость и простота как в туалете, так и во всех его принадлежностях и украшениях — первое правило

и наилучший показатель хорошего вкуса, умения одеваться.

Платья и шляпы, которые выпускают дома моделей, и туалеты, сделанные руками больших художников и мастериц, поражают обычно не затейливостью, пышностью фасонов, изобилием деталей и украшений. Их всегда отличают большая и строгая простота, благородство линий, мягкость формы, безупречная тонкость и тщательность работы.



УХОД ЗА ОДЕЖДОЙ

Уход за одеждой, бельем, обувью и всеми предметами туалета составляет одну из необходимых и обязательных работ в домашнем хозяйстве.

Своевременность и тщательность — главное условие этой работы. Этим вы обеспечите лучшую сохранность своих вещей и тем самым сэкономите свои средства. Поэтому если вы обнаружили на одежде или белье пятна или изъязнения, сразу же займитесь починкой или чисткой. Иначе маленькая дырочка, оторванная пуговица или вешалка, застарелое пятно могут быстро вывести из строя нужную вещь.

В значительной мере сокращает и облегчает работу по уходу за одеждой привычка к чистоте и опрятности. Воспитывайте эту необходимую и полезную привычку в своих детях и домочадцах.

Почистить свое платье, обувь, калоши, головной убор, убрать свои вещи на место может самостоятельно каждый член семьи. Даже детей с самого раннего возраста постепенно и настойчиво надо приучать к бережному и аккуратному обращению с одеждой, а затем и к уходу за ней. Задача хозяйки дома следить, чтобы члены семьи относились к одежде аккуратно, поддерживали ее чистоту.

Уход за платьем и верхней одеждой.

В спешке вы кое-как бросили снятое платье на стул или повесили в шкаф без плечиков. Посмотрите на него на следующий день. Лацканы пиджака, полы загнулись, плечи опустились. А на платье образовались некрасивые складки и морщины. Прежде чем надеть такую одежду, ее придется обязательно погладить. А это потребует времени и труда, да и не безвредно для ткани (рис. 1).

Чтобы избежать этого, пальто, платье, костюм вне зависимости от того, носят ли их ежедневно, или только время от времени, развешивают на специальных плечиках, острые концы которых для предохранения одежды обертывают мягкой тканью. Длина плечиков должна соответствовать ширине плеч одежды (рис. 2).

Запомните, что вешалки, пришитые к вашему пальто или к другой одежде, существуют только для того, чтобы пользоваться ими вне дома. В домашних условиях забудьте о них.

Многие мужчины, вернувшись домой, любят вешать свой пиджак на стул. Эта привычка не способствует сохранению привлекательности одежды. Но уж если от нее трудно отказаться, то хотя бы выбирайте такой стул, спинка которого не имеет

острых углов, оставляющих некрасивые вмятины, в особенности на влажном пиджаке.

Развешивая несколько платьев на одни плечики, нужно вешать снизу более плотные и тяжелые.

Подол платья или юбки фасона клеш нужно приподнимать, чтобы эти вещи не вытягивались. Для этих платьев имеются специальные вешалки.

Галстуки и пояса размещают с внутренней стороны шкафа на специальной планке, шнуре или тесьме (рис. 3).

Шкаф, в котором хранится белье и платье, время от времени проветривают. Приблизительно раз в две недели оставляйте открытыми на ночь дверки шкафа и выдвинутыми все ящики.

Каждую вещь, которую вы, придя домой, сняли с себя, тщательно отряхните от пыли. Это обычно делают вне квартиры — на лестничной клетке или в другом месте. Ежедневная чистка одежной щеткой портит ткань, поэтому чистить одежду нужно только по мере загрязнения. Но уж если на одежде появилось пятно, его нужно, не откладывая, попытаться удалить.

При чистке одежды щеткой движение должно быть по ворсу, а не против ворса ткани.

Влажную, смоченную дождем или снегом одежду следует отряхнуть, повесить на плечики и дать ей высохнуть в прохладном месте. Только после того как она полностью высохла, ее можно вешать в шкаф.

Грязь с шерстяных вещей — низа брюк, подола юбки и т. п. — очищают только после того, как вещь хорошо просохла.

Вещи из прорезиненных тканей (плащи, накидки, куртки, капюшоны) гладить нельзя.

Для чистки одежды используются волосные щетки (жесткая и мягкая), большой и маленький веничек из специальной травы. Нужно следить за чистотой этих предметов и периодически, по мере загрязнения, промывать волос щетки теплой водой с мылом и нашатырным спиртом, но не надо при этом смачивать деревянную колодку щеток.

Периодически одежду чистят (не реже 1 раза в две недели) более тщательно. Во время такой чистки костюм нужно внимательно осмотреть, карманы вывер-

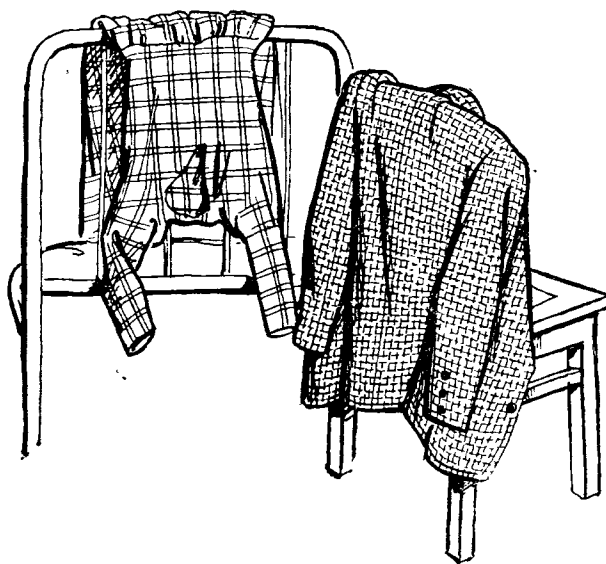


Рис. 1 Форма спинки стула не соответствует размерам пиджака. Через несколько часов некрасивые вмятины наглядно докажут, что вы повесили пиджак неправильно.



Рис. 2 Форма и размеры деревянных плечиков соответствуют форме и размеру этой одежды

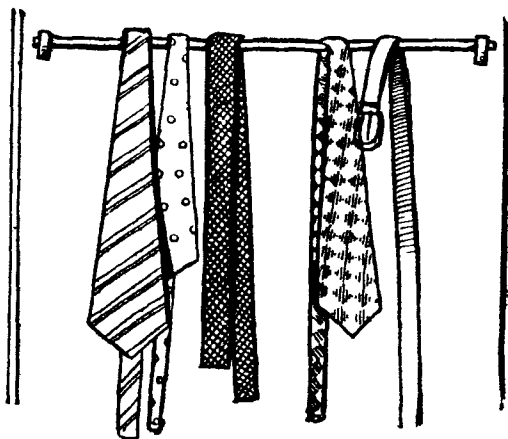


Рис. 3. Размещение галстуков и поясов на внутренней стороне дверцы платяного шкафа.

нуть и почистить; а обнаруженные пятна удалить, для чего следует иметь дома нашатырный спирт и пятновыводные средства. После чистки одежду тщательно проглаживают, затем вешают на плечики для просушки и проветривания.

Сильнее всего в мужском костюме загрязняются обычно воротники, лацканы, обшлага пиджака и брюк. Поэтому периодически после вытряхивания и чистки щеткой пиджак раскладывают на столе, залоснившиеся воротник и лацканы чистят водой с нашатырным спиртом, а затем проглаживают через влажную плотную ткань (рис. 4).

Брюки после чистки и удаления грязи с обшлагов (их нужно вывернуть и удалить всю пыль, скопившуюся в складке) освежают мягким тампоном или щеткой, смоченными водой с нашатырным спиртом, а затем складывают по наружному и внутреннему шву, причем эту операцию нужно проделать очень тщательно, чтобы складка оказалась на месте.

Гладят каждую штанину в отдельности, сперва с наружной, а затем с внутренней стороны через влажную ткань (рис. 4). Выглаженные брюки вешают на специальную вешалку, дают им полностью высохнуть и только после этого помещают в шкаф. Пиджак чистят по мере необходимости, брюки — не реже двух раз в месяц.

Никогда не оставляйте до следующего раза плохо пришитую пуговицу — она может потеряться, и придется покупать целый комплект новых, так как далеко не

всегда можно подобрать одну подходящую.

Чтобы предохранить от разрыва ткань верхней одежды, пуговицу пришивают к другой небольшой пуговице, помещенной с изнанки.

Когда говорят, что вы невнимательная жена, так как у вашего мужа оторваны пуговицы, вы можете возразить, что он и сам мог бы это сделать, но вам нечего ответить, если пуговица оторвана у вашего малыша.

Для штопки маленьких дырочек на шерстяной и шелковой одежде лучше всего использовать нитки этой же ткани, которые выдергивают из прямого лоскута или из шва с изнанки вещи.

Штопки на шерстяной или шелковой одежде гладят только с лица, положив сверху увлажненную ткань.

Не следует слишком часто гладить платья из нестирающейся ткани. Горячий утюг как бы прикрепляет к этой ткани частицы пыли и грязи, не говоря уже о том, что материи, в особенности из искусственного волокна, вообще плохо переносят горячую утюжку. При аккуратной носке, тщательном вытряхивании и хранении на плечиках такие платья только изредка нуждаются в проглаживании.

Меховые пальто плохо переносят влагу и сырость. Сняв с себя пальто или горжет, их вытряхивают, надевают на плечики и сушат, но не у печи, не у батареи, вообще не вблизи источников тепла. Мех с длинным волосом после просушивания осторожно, по направлению волос расчесывают гребешком или щеткой.

Перед закладыванием на зимнее или летнее хранение одежду приводят в полный порядок. Зимнюю одежду и все шерстяные вещи нужно развесить для проветривания и просушки на веревках во дворе или на балконе. После чего тщательно выбить или прочистить пылесосом сначала с изнанки, а затем с лица. Надо провести необходимый ремонт, а при обнаружении серьезных дефектов отдать в специальную мастерскую. Обнаруженные пятна нужно попытаться удалить или отдать вещь в чистку. Только после того как одежда будет приведена в полный порядок, ее можно заложить на хранение.

Летние платья и мужские костюмы из стирающейся ткани перед уборкой на зиму нужно выстирать. Обычно их не гла-

дят, так как во время хранения они сминаются.

Защитите вашу одежду от моли, особенно в теплое время, когда зимние вещи, меховые и шерстяные изделия не используются.

Имеются очень удобные специальные мешки из полихлорвинила и, кроме того, мешки из плотной бумаги. При отсутствии в вашем хозяйстве этих удобных приспособлений зимние шубы или пальто зашивают в простыню, предварительно надев пальто на плечики и обернув его слоем газетной бумаги. Газетную бумагу смазывают керосином, а поверх посыпают нафталином.

Эффективным средством борьбы с молью является порошок ДДТ, но им нельзя непосредственно посыпать темные шерстяные вещи, поэтому его распыливают на дне сундука, застилают газетой, кладут вещи, покрывают сверху газетой и вновь посыпают порошком. При хранении зимней одежды в бумажных мешках порошок можно помещать в пакетики из ткани, которые можно пришить с внутренней стороны мешка.

Хорошим средством борьбы с молью служит нафталин, но нафталином нельзя непосредственно посыпать меховые изделия и ткани, так как на них могут появиться пятна. С нафталином поступают так же, как с ДДТ: посыпают его на дно сундука, а также поверх газет, покрывающих вещи.

Кроме ДДТ и нафталина, можно использовать и скипидар, который в течение самого короткого промежутка времени убивает моль. Наиболее рационально использовать этот препарат для смазывания внутренней поверхности сундука или ящика, куда закладывают вещи для хранения. Но скипидар быстро улетучивается, и поэтому, кроме него, нужно использовать и другое средство — ДДТ или нафталин.

Для хранения шерстяных и меховых изделий — шапок, варежек, вязаных кофточек и т. п. — нужно сшить специальный мешок из толстой бумаги или плотной ткани, смочить его скипидаром, а внутрь положить 2—3 марлевых пакетика с нафталином, а сам мешок поместить либо в сундук, либо в платяной шкаф.

Устранение блеска с тканей. Значительно раньше, чем изъять, на шерстяном или полушерстяном костюме может по-

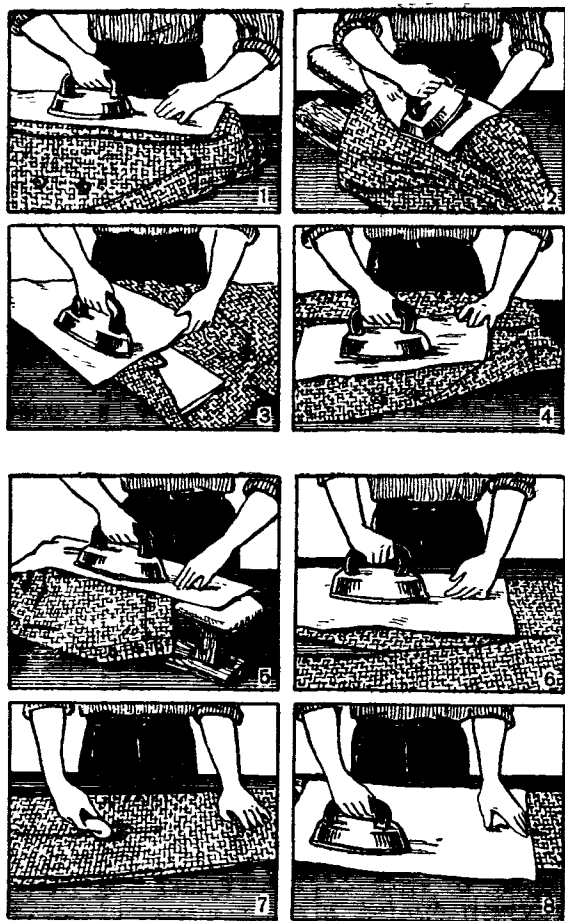


Рис. 4. Утюжка мужского костюма.

Утюжка пиджака: 1 — утюжка рукава; 2 — утюжка плеча; 3 — утюжка лацкана (под лацкан нужно подложить ткань); 4 — утюжка полы пиджака.

Утюжка брюк: 5 — сначала отутюжить пояс; 6 — прогладить все брюки, не заутюживая складки; 7 — вывернуть брюки наизнанку и слегка смазать кусочком парафина место, где будет складка; 8 — утюжка складки.

явиться некрасивый блеск в местах наибольшего трения ткани.

При появлении такого блеска его вначале можно устранить отпариванием. Залоснившийся участок гладят горячим утюгом через увлажненную водой, а затем отжатую ткань (лучше всего через хлопчатобумажную). Тотчас же после отпаривания, пока ткань одежды еще не остыла, залоснившийся участок чистят, поднимая ворс ткани жесткой щеткой.

Для удаления блеска можно также протереть залоснившийся участок чистой тряпочкой, смоченной в бензине, а затем

водой с нашатырным спиртом (на 5 чайных ложек воды 1 чайная ложка нашатырного спирта), после чего прогладить горячим утюгом, как обычно, через плотную ткань.

Сильно залоснившуюся одежду можно после протирания бензином оттереть сухой самой мелкой столовой солью (соль «Экстра») при помощи сухой тряпочки или резиновой губки.

Уход за головными уборами. Фетровые шляпы чистят мягкой щеткой по направлению ворса, соломенные — кусочком бархата, свернутым в тампон.

Не кладите влажную шляпу в шкаф и не вешайте ее на вешалку. Расправьте поля и дайте полностью высохнуть. Соломенную мужскую шляпу, которая попала под дождь, нужно расправить и вывернуть ободок, пришитый с изнанки, поместить шляпу так, чтобы она, опираясь на этот ободок, высохла.

Уход за обувью. Лучше всего хранить обувь на специальных колодках, а при их отсутствии плотно набивать обувь газетной бумагой. Мазь для чистки обуви предохраняет кожу от высыхания и растрескивания.

Никогда не сушите влажную обувь у огня, на батарее парового отопления или непосредственно у других источников тепла. В этом случае сушка проходит слишком быстро, и кожа, высыхая, съеживается и растрескивается.

Обувь из толстой грубой кожи можно смазывать жиром, предварительно оттерев грязь влажной тряпкой. Обувь из тонкой кожи следует раньше высушить в прохладном месте, а затем очистить щеткой от грязи, нанести маленькой щеточкой равномерный тонкий слой обувного крема или мази, вычистить до блеска другой щеткой и отполировать куском бархата или сукна.

Лакированную обувь время от времени протирают влажной тряпочкой, вытирают досуха и наносят при помощи мягкого тампона тонкий слой глицерина, дают высохнуть, а затем протирают бархоткой или мягкой фланелью.

Замшевую обувь можно чистить специальной резиновой щеточкой. Ворс замши поднимают металлической щеточкой или жесткой зубной щеткой. Ежедневно замшевую обувь чистят, протирая мягкой тряпочкой из фланели или шерсти.

Обувь из белого текстиля, если она

влажная, сушат, затем счищают с нее щеткой грязь и промывают в теплой воде с мылом, после чего покрывают специальным составом или мелом, разведенным холодной водой, надевают на колодку, а при отсутствии колодки плотно набивают газетной бумагой и ставят сушить на солнце.

Уход за чулками из капрона, нейлона и т. п. Перед тем как надеть новые чулки, прополощите их в теплой воде. Каждый день чулки из синтетического волокна нужно прополаскивать в теплой воде и сушить в прохладном месте, тщательно расправив. Не рекомендуется плотно закатывать чулки при хранении, лучше всего обернуть ими картонку.

Чистка замшевых перчаток. Приготовить смесь, добавив в $\frac{1}{2}$ стакана снятого (то есть обезжиренного) молока $\frac{1}{2}$ чайной ложки пищевой соды или столько же 10-процентного нашатырного спирта. Надеть перчатки на руки и, смочив ватный тампон приготовленной смесью, протереть им все загрязненные места. Можно также почистить замшевые перчатки смесью нашатырного спирта с водой (1 чайная ложка 10-процентного нашатырного спирта на 4 чайные ложки воды). После чистки перчатки протирают тампоном, смоченным в чистой воде.

Чистка прорезиненных плащей. Удобнее всего чистить эти изделия, развесив их на плечиках над ванной или корытом. Смочив не слишком жесткую щетку теплой мыльной водой, плащ оттирают равномерно по всей поверхности и дополнительно в особо загрязненных местах, затем его окатывают чистой теплой, а затем холодной водой и, не снимая с плечиков, сушат в хорошо проветриваемом помещении или на воздухе.

Уход за дамской кожаной сумкой. Время от времени нужно все вынимать из сумки и чистить щеткой подкладку. Кожаную сумку можно чистить так же, как обувь из тонкой кожи, но крем наносить очень тонким слоем и расчищать щеткой и полировать бархоткой так, чтобы не оставалось и следов жира, иначе сумка будет пачкать одежду. Сильно загрязненную сумку протирают ватным тампоном, смоченным мыльной пеной, и затем уже чистят щеткой с мазью и полируют до блеска.

Уход за кожаным чемоданом. Пыль разрушает кожу чемодана, поэтому его нужно

время от времени вытирать мягкой тканью и хранить только в чехле. Рекомендуется перед хранением смазать кожу чемодана тонким слоем крема или мази для обуви, соответствующего цвета. Сильно загрязненные чемоданы протирают тампоном, смоченным мыльной пеной, затем вытирают досуха чистой тряпкой, смазывают кремом и чистят обувной щеткой.

Как складывать одежду и белье в чемодан. Говорят, что женщины берут с собой в поездку множество лишних вещей, а мужчины все вещи считают лишними и поэтому забывают захватить и самое необходимое. Для того чтобы избежать вынужденных покупок, не «разоряться» на носильщиков и не таскать самим лишнюю тяжесть, уделите несколько минут перед отъездом составлению списка тех вещей, без которых действительно трудно обойтись. Само собой разумеется, что объем вашего багажа зависит от того, сколько времени займет ваша поездка, и от тех условий, в которых вам придется жить вне дома. Но при любых обстоятельствах необходимо разместить вещи в чемодане так, чтобы можно было ими пользоваться, не прибегая тотчас же после приезда на новое место к услугам комбината бытового обслуживания или к утюгу.

Прежде чем укладывать вещи, освободите стол и диван. Положите на диван все вещи, которые помечены в вашем списке. По мере укладки их в чемодан вы будете отмечать это в списке. Не забудьте захватить этот список с собой.

При укладке чемодана женскими вещами вниз, на дно, ровным слоем уложите белье. Поверх белья положите костюм из плотной ткани (конечно, если он вам пригодится в вашей поездке). Жакет кладут, сложив пополам по линии талии, плечи его можно заполнить сложенными чулками, поверхность жакета положите юбку, а сверху — шерстяные и хлопчатобумажные платья. Нарядные вечерние платья лучше всего помещать поверх всех вещей.

При укладке чемодана мужскими вещами на дно кладут пижаму и белье. Поверх них — нижние рубашки. Под воротничок рубашки, чтобы он не мялся, рекомендуется подложить полоску картона соответствующего размера. Перед укладкой в чемодан мужской пиджак нужно положить на стол и сложить, как это изображено на рис. 5. Брюки кладут под пид-

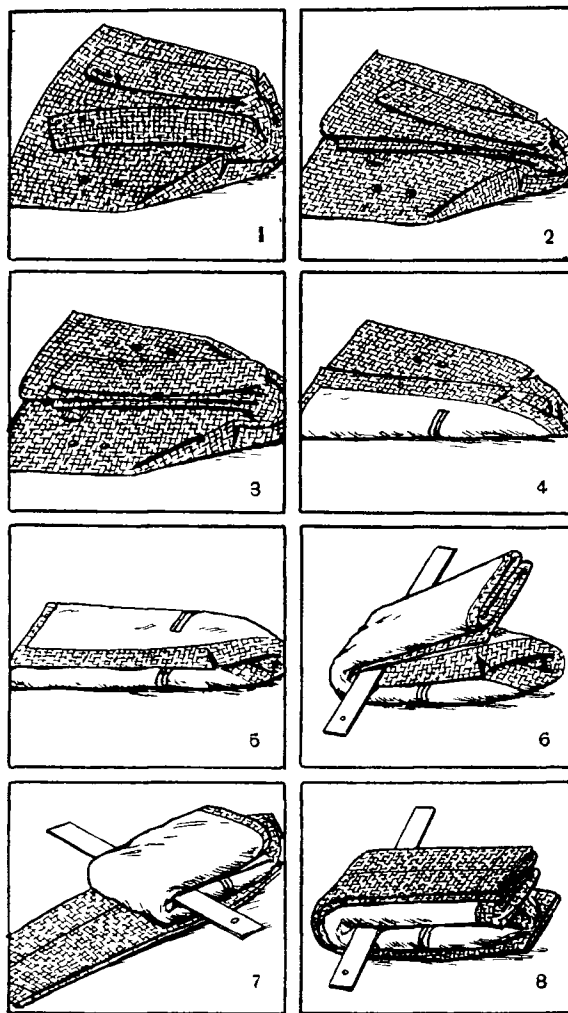


Рис. 5. Как сложить мужской костюм:

1 — разложить пиджак на столе и расправить рукава; 2 — середину спинки положить на рукав; 3 — положить второй рукав поверх спинки; 4 — загнуть полу пиджака; 5 — загнуть вторую полу; 6 — сложить пополам; 7 — положить пиджак на брюки; 8 — сложить брюки пополам.

жак. Все пустые места и промежутки между крупными вещами как мужского, так и женского туалета нужно заполнить такими мелкими предметами, как носки, чулки, трусики, носовые платки и различные аксессуары. Учтите, что в слишком маленьком чемодане вещи мнутся оттого, что они прижаты друг к другу, а в большом оттого, что они перемещаются.

Окраска одежды в домашних условиях. Помните, что никакую ткань нельзя окрасить в более светлый цвет, чем ее первоначальная окраска.

Любую ткань можно покрасить в черный цвет.

Белую, кремовую или самого светлого оттенка серую ткань можно покрасить в любой цвет, но при окрашивании в светлые оттенки ткань приобретает немного более темный цвет.

Окрашивать можно только мокрую ткань.

Строго выполняйте все указания, приложенные к пакету краски. Следите, чтобы краска полностью растворилась в воде, и во время крашения периодически переворачивайте окрашиваемый предмет деревянной палочкой.

Помните, что при пользовании слишком маленькой посудой и малым количеством воды на ткани могут оказаться плохо окрашенные места, так называемая «мраморность».

Большое количество воды не является препятствием для получения ровной окраски, но требует большего количества красителей.

Шелк натуральный и искусственный при окрашивании закладывают в не слишком горячую воду (так, чтобы терпела рука) и не доводят до кипения.

Шерстяные вещи опускают в теплую воду (45—50°), а затем ее доводят до кипения.

Хлопчатобумажные и льняные ткани закладывают в горячую воду и кипятят.

Хлопчатобумажные ткани после крашения оставляют в краске до остывания.

Шерсть извлекают из горячей жидкости тотчас после окончания крашения. Шерсть вначале прополаскивают в горячей, затем в теплой и, наконец, в холодной воде. Если сразу из кипящей краски извлечь шерсть и положить для полоскания в холодную воду, она сильно «сядет».

Первая вода для полоскания любой ткани должна быть теплой.

Никогда и никакую окрашенную ткань нельзя развешивать для сушки мокрой, так как стекающая краска, которая в том или ином количестве содержится в ткани, может образовать потеки.

Не следует также и отжимать окрашенные вещи выкручиванием. Их нужно закатать в чистую ткань и развесить только тогда, когда будет удалена излишняя влага.

Если ткань потеряла свежесть и потускнела при носке, но не имеет отдельных выцветших или выгоревших мест, ее можно покрасить в первоначальный цвет.

Цветные шерстяные изделия можно, не

прибегая к окраске, освежить и вернуть им первоначальный цвет, если их прополоскать после стирки: красные или одного из оттенков этого цвета — в холодной воде с лимонным соком (2—3 столовые ложки лимонного сока на 200 г воды), голубые, синие, лиловые и сиреневые — в воде с уксусом (3 столовые ложки столового уксуса на 1 л воды), зеленые — в воде с нашатырным спиртом (3 столовые ложки на 1 л воды).

Черные шелковые ткани можно освежить, протерев мягким тампоном (вата, завернутая в марлю), смоченным в растворе уксуса (3 столовые ложки на 1 л воды).

После такой обработки ткани или готовые вещи, не отжимая, развешивают для сушки в прохладном и затененном месте, а затем влажными гладят с изнанки.

Удаление пятен. Большинство пятен на верхней одежде — это пятна от жира, соуса, консервов, сахара, вина, ягод и других пищевых продуктов. Аккуратность во время еды, правильное пользование предметами сервировки помогут вам предохранить одежду от пятен. Соблюдайте сами эти правила и обучите им вашего малыша.

Пятна от пищевых продуктов попадают на платье и во время приготовления пищи, поэтому никогда не приступайте к этой работе, не надев фартука.

Правила поведения не рекомендуют женщине, садясь, приподнимать платье или пальто, но внимательно посмотреть, чисто ли место, куда вы собираетесь сесть, никогда и никому не возбраняется.

Но если все-таки на вашей одежде появилось пятно, удаляйте его, как только вы его обнаружили. В этом добрая половина успеха. Свежее пятно иногда пропадает, если протереть загрязненное место теплой водой. Застаревшее потребует применения сильнодействующих средств.

Чтобы правильно применить то или иное средство, необходимо знать происхождение пятна. Если же вам это неизвестно, начните с теплой мыльной воды. Протрите смоченной в мыльном растворе тряпочкой загрязненное место, промойте его чистой водой, высушите ткань и прогладьте. Если обнаружите, что пятно осталось, попробуйте применить другое средство.

Перед удалением пятен одежду нужно встряхнуть и почистить щеткой.

Любое средство при выведении пятен с цветных тканей испробуйте вначале на лоскутке этой ткани или в малозаметном

участке одежды (с изнанки, у шва и т. п.). Если на белой тряпочке, смоченной составом для удаления пятен, при трении о ткань появляются следы краски или если получается выцветшее пятно на самой ткани, поручите чистку специалисту, так как вы с этим, пожалуй, не справитесь.

Для того чтобы не повредить ткань во время чистки, не рекомендуется оттирать пятна сильным нажимом руки: протирать надо аккуратно и осторожно.

При удалении пятна под него с изнанки нужно положить сложенную в несколько слоев мягкую чистую ткань или достаточно большой тампон ваты. А лучше всего подложить под ткань с пятном деревянную дощечку, обернутую чистой тряпкой, ваткой или марлей.

Чистку пятна нужно проводить от краев к середине. Если пятно затвердело, нужно попытаться его размягчить, постукивая деревянной частью щетки или перетирая в руках.

Пятна от масляной краски. Свежие пятна масляной краски, если они не удаляются теплой мыльной водой, протирают (подложив под низ слой ваты или мягкой ткани) чистой тряпочкой, смоченной в очищенном скипидаре.

Значительно труднее удалить застарелые следы масляной краски. Эти пятна удаляют смесью денатурата, очищенных бензина и скипидара, взятых в равных количествах. Обычно эта смесь размягчает засохшее пятно. После размягчения краску осторожно снимают тупой стороной лезвия ножа, а загрязненный участок протирают горячей водой.

Пятна от кофе и какао. Эти пятна можно удалить, протирая загрязненный участок смесью нашатырного спирта с водой (1 чайная ложка нашатырного спирта и 1 чайная ложка воды). С шелковых тканей эти пятна удаляют тампоном, смоченным в слегка подогретом очищенном глицерине, и затем промывают чистой водой.

Пятна от крепкого чая. Ткань с пятнами от чая протирают чистой тряпкой, смоченной в смеси нашатырного спирта и глицерина (на 2 чайные ложки глицерина — $\frac{1}{2}$ чайной ложки нашатырного спирта).

Пятна от фруктов, ягод, красного вина. Прежде всего свежее пятно нужно попытаться удалить горячей водой, а стирающиеся ткани выстирать. Свежее пятно

можно удалить, залив его кипящим молоком.

Застарелые пятна выводят смесью денатурата, винно-каменной кислоты и воды (на $\frac{1}{4}$ стакана воды 1 столовая ложка денатурата, 1—2 г кислоты). После такой обработки загрязненный участок нужно промыть мыльной, а затем чистой водой.

Широко распространен способ удаления пятна от красного вина присыпанием сухой солью. Соль не удаляет пятна, но она впитывает вино и не дает ему растекаться на соседние участки.

Пятна от ржавчины. Можно удалить пятна от ржавчины раствором уксусной и щавелевой кислоты. Интенсивно окрашенные пятна требуют крепких растворов (по 10 г щавелевой и уксусной кислоты на 1 стакан воды). Для удаления слабоокрашенных пятен можно использовать слабые растворы (по 2—3 г той и другой кислоты на 1 стакан воды).

Раствор кислоты подогревают на огне в эмалированной посуде, опускают в него загрязненный участок ткани на 2—3 минуты, прополаскивают в чистой воде, которую предварительно смягчают пищевой содой (на 1 л воды 1 чайная ложка соды).

Свежие следы ржавчины можно также смочить соком, отжатым из лимона, после чего приложить загрязненный участок ткани к полотну горячего утюга, прогреть, но не сушить и сполоснуть чистой водой.

Застарелые пятна ржавчины несколько раз подряд смачивают теплым раствором уксусной эссенции ($\frac{1}{2}$ чайной ложки).

Пятна от консервов, соуса, рыбы. Свежие пятна от этих продуктов нужно попытаться удалить мыльной теплой водой. Если они не исчезают, то загрязненные места смачивают подогретым очищенным глицерином и затем протирают чистой тряпкой, смоченной водой.

С изделий из натурального и искусственного шелка эти пятна можно удалить глицерином, смешанным в равных количествах с водкой, добавив несколько капель нашатырного спирта.

Пятна от чернил. Свежее пятно от чернил на хлопчатобумажной или льняной ткани простирывают в простокваше или подогретом молоке.

Можно удалять эти пятна подогретой уксусной кислотой, после чего загрязненный участок выстирать, как обычно.

Пятна от крови. Одежду или белье, запачканные кровью, нельзя чистить или стирать в горячей воде. Их необходимо вначале замочить в холодной воде и только через несколько часов стирать, как обычно, горячей водой с мылом. Для удаления пятен с тонких шелковых изделий нужно приготовить густую массу из картофельного крахмала с холодной водой. Этой массой смазать пятно с наружной и внутренней стороны, дать хорошо просохнуть, отряхнуть и при необходимости выстирать одежду, как обычно.

Пятна от дегтя. Смочить загрязненный участок ткани скипидаром, присыпать толченой глиной или мелом. Через час отряхнуть. При необходимости повторить всю операцию.

Пятна от сырости. Образуются эти пятна обычно при неправильном хранении белья до стирки. Попробуйте удалить эти

пятна, оттирая их тряпочкой, смоченной в сыворотке простокваши.

Пятна от слишком горячего утюга (подпалины). С хлопчатобумажных и льняных тканей подпалины удаляют, опуская подпаленный участок ткани в раствор хлорной извести (на 1 стакан воды 5 г хлорной извести). Для того чтобы хлорная известь хорошо растворилась, ее всыпают в небольшую эмалированную или керамическую посуду, добавляют немного воды, тщательно размешивают, а затем процеживают через тряпочку в остальную воду. После отбелки подпаленный участок ткани нужно тщательно прополоскать холодной водой. Со светлых шерстяных изделий подпалины можно удалить, протирая эти участки тампоном, смоченным в смеси перекиси водорода, воды и нашатырного спирта (на $\frac{1}{2}$ стакана воды 1 чайная ложка перекиси водорода, несколько капель нашатырного спирта).

МЕЛКИЙ РЕМОНТ ОДЕЖДЫ

Детали одежды изнашиваются неодинаково. Например, у костюмов и пальто быстро изнашиваются воротник по линии края стойки, рукава по линии подгиба низа, со стороны нижних половинок и возле локтя, нижние края прорезных боковых карманов, края бортов и петли, подкладка под боковыми карманами и на уровне краев пройм.

У брюк быстрее всего изнашиваются низ, задние половинки, верхние края боковых карманов, мешковина боковых карманов; у юбок — низ, верхний край распах (застежка), концы пояса на местах застежки, ткань в концах складок.

Вот почему при пошивке новой одежды, а также при ее ремонте те места, которые изнашиваются быстрее, укрепляют различными полосками ткани, тесьмы и т. д.

В зависимости от ремонта одежды приходится пользоваться различными ручными стежками. Ниже вы можете познакомиться с некоторыми видами стежков.

Сметочные ручные стежки (рис. 6) применяются для временного соединения детали, для образования сборок, посадки.

Размеры стежков могут быть различны: при сметывании тканей с посадкой — 0,5—1,5 см, при сметывании тканей без посадки — 1—2,5 см; при наметывании с по-

садкой — 0,5—2 см, при наметывании без посадки — 2—5 см и т. д.

Обметочные ручные стежки (рис. 7) предохраняют край ткани от выпадения нитей при починке разрушенных участков. Размеры стежков зависят от толщины ткани и ее осыпаемости.

Стегальными ручными стежками (рис. 8) пришивают заплатки к сильно изношенным участкам, которые еще не имеют дыр или быстро изнашиваются. При обработке заплат стежки располагают отдельными рядами, под углом к краям и плотно укладывают их, но так, чтобы они не стягивали ткани. Стежки по возможности не должны быть видны с лицевой стороны, они могут захватывать только часть толщины ткани, как показано на рисунке. Размеры стегальных стежков — 0,3—1,2 см.

Расстояние между рядами строчек зависит от толщины ткани, к которой пришивают заплату: для тонкой ткани — 3—7 мм, для драпа — 7—20 мм.

Подшивочные ручные стежки могут быть потайные (рис. 9), открытые (рис. 10), крестообразные — фигурные (рис. 11). Потайными стежками прикрепляют подкладку. Открытыми подшивочными стежками прикрепляют подогнутые срезы.

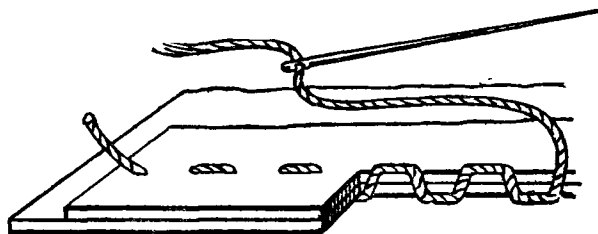


Рис. 6.

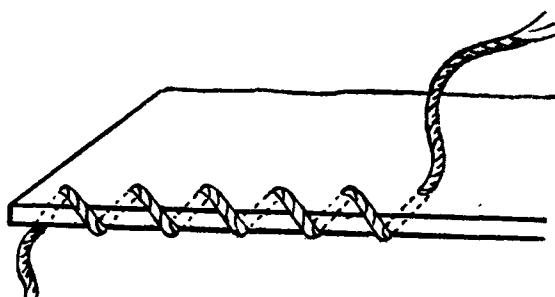


Рис. 7.

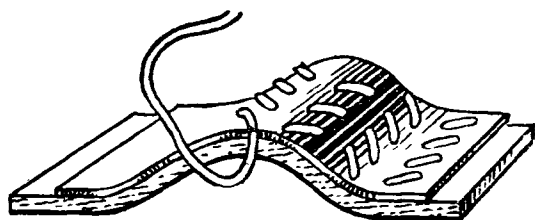


Рис. 8.

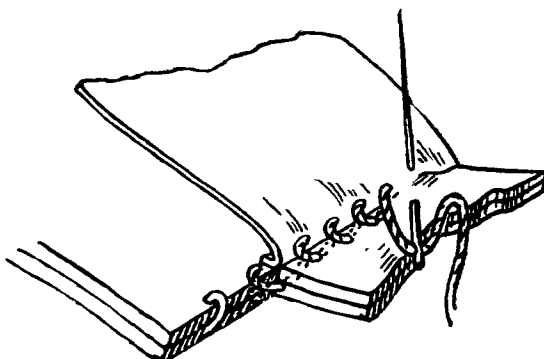


Рис. 9.

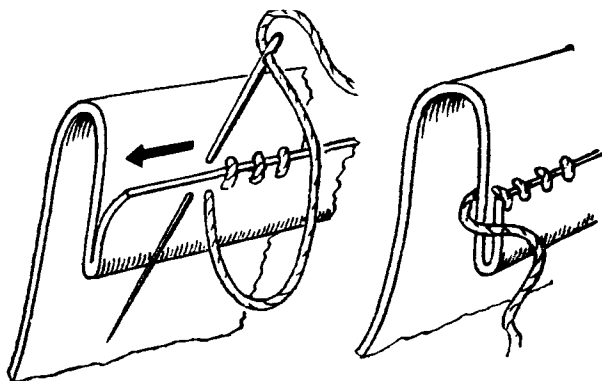


Рис. 10.

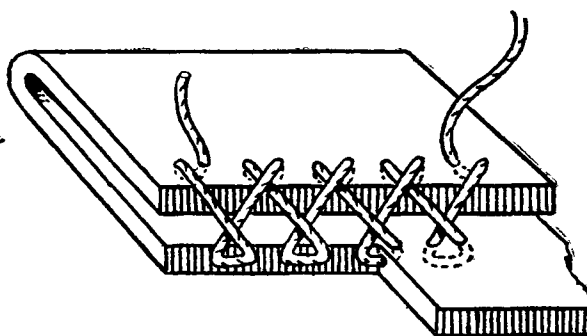


Рис. 11.

Фигурными стежками прикрепляют подогнутые срезы на сильно осыпающихся тканях.

Штуковочные стежки (рис. 12) позволяют восстановить разорванные места на сукне, драпе, хорошо уваленных тканях. Штуковочные стежки применяют также

в тех случаях, когда шов нужно сделать малозаметным. Стежки выполняют тонкими иглами № 1 или № 2 и тонкими шелковыми нитками, сходными по цвету с тканью.

Петельные стежки, петли и закрепки показаны на рис. 13. Отверстия

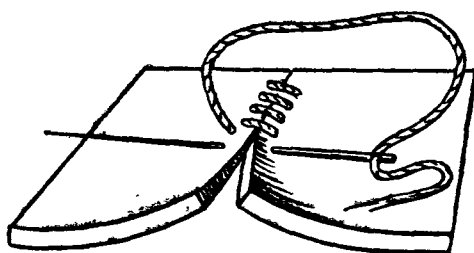


Рис. 12.

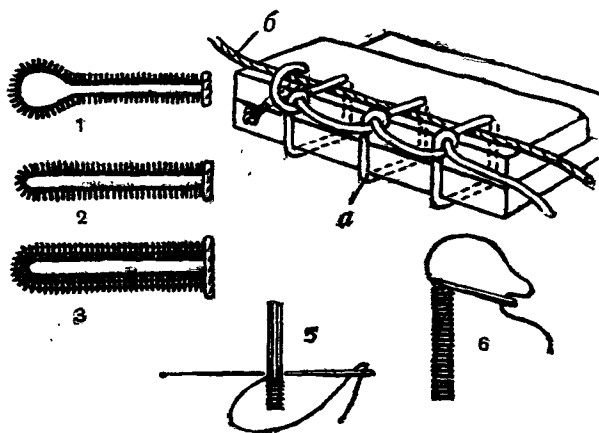


Рис. 13.

петель могут быть прямыми — щелевидными (рис. 13, 2 и 3) и с отверстием в одном конце — «глазком» (рис. 13, 1).

Широкие петли прямой формы используют для отделки (петли на лацканах), а петли с глазком — для застежки. Для прочности по краю петли прокладывают хлопчатобумажную нитку № 10 или № 1 (торговый). Если петля предназначена для отделки, то вместо простой нитки прокладывают шелковую, называемую каркасом.

Петельные стежки выполняют кручеными нитками натурального шелка (гарусом) или хлопчатобумажными указанных выше номеров.

После обшивки петли на одном конце отверстий ставят закрепку длиной 3—4 мм, которой плотно стягивают обе стороны ее разреза. На рис. 13, 5 показана схема простой закрепки, на рис. 13, 6 — готовая закрепка.

Такие же закрепки ставят на концах отверстий карманов. Закрепки больших

размеров (от 5 до 15 мм) применяют для скрепления встречных складок.

При ремонте петли ее края сначала тщательно очищают от старых и поврежденных стежков, а затем обметывают их простыми обметочными стежками.

Готовую петлю сметывают с изнанки сметочными стежками, затем тщательно расправляют. Частота петельных стежков зависит от ткани, толщины ниток, назначения петли и колеблется для петли с глазком в пределах от 6 до 10 стежков на 1 см, а для петли на каркасе, предназначенной для отделки лацканов, — от 12 до 15 стежков (нити тонкие, шелковые). На рис. 13, 4 показана схема петельных стежков. Буквой *a* обозначены стежки, буквой *b* — прокладочная нитка.

Треугольники — «мушки» (скрепки), показанные на рис. 14, применяют для укрепления концов отверстий карманов, а также концов двусторонних складок (встречных) и для их отделки.

Скрепки имеют вид равнобедренного треугольника. Треугольники делают двух видов — трехфигурные и шестифигурные.

Если нитки переплетаются на одной вершине треугольника, то получается трехфигурная скрепка (рис. 14, А), а если они переплетаются на каждом углу, то получается шестифигурная скрепка, как показано на рис. 14, Б.

При скреплении концов отверстия карманов или концов складок треугольники располагают так, чтобы основание треугольника совпадало с концами отверстия. Наиболее распространены треугольники с размером стороны 1—2,5 см.

Пришивка пуговиц. Оторванные пуговицы пришивают на прежние места, на которых имеются следы от стежков или оторванных ниток.

Если таких следов на одежде нет, то намечают новые по петлям. Делают это так: одну полу накладывают на вторую, чтобы

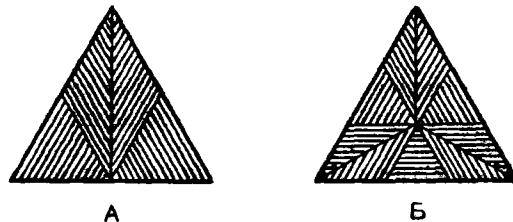


Рис. 14.

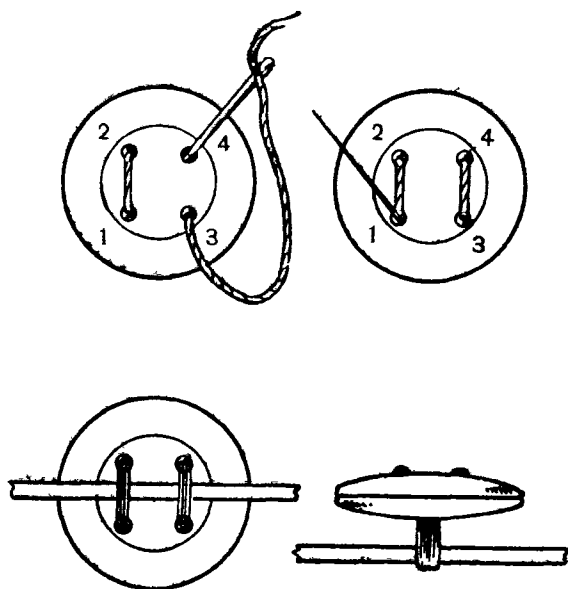


Рис. 15.

нижние их края по длине точно совмещались. Затем мелом натирают конец тонкого стерженька (спичку) и через отверстие петли намечают место пришивки пуговицы.

Если старое место пришивки пуговиц износилось, его следует зашпательовать с изнанки и затем к месту шпательовки прикрепить кусочек хлопчатобумажной или льняной ткани. Пришивают его к основной ткани незаметными стегальными стежками.

Пуговицы пришивают нитками № 10 (торговый), сложенными вдвое. Хорошо нитки натереть воском.

Каждую пуговицу прошивают 3—4 стежками в каждую пару отверстий. Стежки плотно не затягивают, чтобы образовать из ниток «ножку» высотой 3—4 мм. Ножку обвивают 3—4 плотными витками нитки. После этого вплотную к ножке для закрепления конца нитки делают 2—3 потайных стежка и нитку отрезают (рис. 15). Если пуговицы предназначены для отделки, их пришивают без ножки.

Как пришить крючок, показано на рис. 16.

Ремонт распорившихся швов. Если распоролся боковой шов на пальто, пиджаке, жакете, распарывают боковой шов подкладки. Если длина разрушенного шва 2,5—3,5 см, его сшивают ручными строчными стежками; при длине выше 3,5 см детали сначала сметывают, тщательно совмещая края, и прокладывают машинную строчку так, чтобы она точно продолжала

старую строчку. Затем удаляют сметочную строчку и шов разутюживают. После этого расправляют подкладку полы и прикрепляют ее к боковому шву верха, а подкладку спинки пришивают к подкладке полы ручными потайными стежками.

При ремонте шва проймы отпарывают подкладку рукава от шва проймы на разрушенном участке и приметывают рукав к краю проймы с равномерной его посадкой.

Вметанный отрезок рукава сшивают с краем проймы ручными строчными стежками. Они должны быть точным продолжением старой строчки. Частота стежков — 4—5 на 1 см строчки. Затем тщательно расправляют подкладку спинки и пол вдоль края проймы и прикрепляют ее разметочными стежками к шву проймы. Шов плотно приутюживают, сгущая посадку и разглаживая помятости ткани. После этого расправляют подкладку рукава и пришивают ее к шву проймы потайными стежками.

Швы подкладки сшивают потайными подшивочными стежками.

Если ремонтируют шов, подшивающий подкладку к низу изделия, то низ изделия с изнанки сначала очищают от накопившейся пыли, а затем пришивают подкладку.

Ремонт подкладки внизу рукавов. Если подкладка по низу рукавов изношена больше, чем на 10—15 мм, то изношенные части заменяют новой подкладкой. Для того чтобы подкладка во время ремонта не смещалась, ее приметывают к рукаву верха на уровне локтя, а затем отпарывают подкладку от низа рукавов.

Изношенную часть подкладки отрезают на 10—12 см и швы на отрезанной части распарывают.

По отрезанным частям рукава выкраивают новую подкладку такой же формы, но большего размера.

По длине частей дается припуск на шов в 2 см.

Новые части подкладки поочередно при-

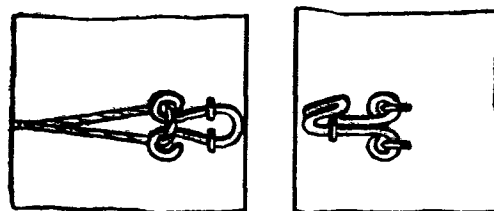


Рис. 16.

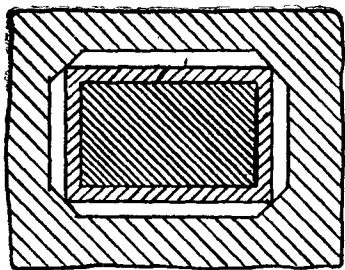


Рис. 17.

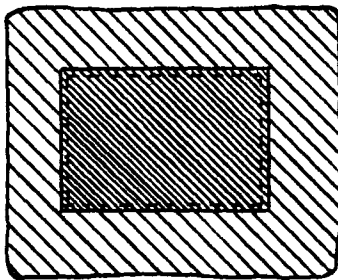


Рис. 18.

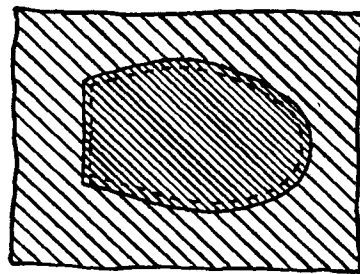


Рис. 19.

тачивают к верхним и нижним половинкам рукава швом шириной 1 см. Швы притачки разутюживают и стачивают передние и локтевые края на новых участках подкладки. Швы на этих участках должны быть точным продолжением старых строчек как по ширине, так и по направлению.

Заутюживают швы в сторону верхней половинки, загибая при этом края по линии строчки.

Отремонтированную подкладку прикрепляют к локтевому шву рукава. Подкладку расправляют внутри рукава. Приметывают к низу в 5—7 см от края и пришивают к низу рукава потайными подшивочными стежками. Отремонтированный рукав утюжат и отпаривают.

Ремонт одежды заплатами. Заплата должна перекрывать изношенную часть со всех сторон на 15—20 мм; заплата должна быть из того же материала, что и изделие, и хорошо подогнана по рисунку.

Втачная заплата (рис. 17). Поврежденные места детали вырезают так, чтобы края ткани у срезов были достаточно прочными. Заплату выкраивают по форме выреза с припуском на шов.

Вырезанные заплаты вметывают в вырез, а затем втачивают на машине. Нитки вметки удаляют и шов разутюживают.

Края шва обметывают частыми стежками или покрывают этот участок хлопчатобумажной тонкой тканью. Края ее пришивают подшивочными стежками, незаметными с лицевой стороны.

Накладная заплата (рис. 18). На поврежденное место с лицевой стороны накладывают заплату, края которой предварительно подгибают в сторону изнанки на 7—10 мм. Заплату приметывают. Затем ее пришивают потайными стежками или притачивают машинной строчкой. Машинную строчку прокладывают в 0,5—1 мм от края заплаты.

Когда заплата будет пришита, с изнанки изношенное место ткани или край дыры прикрепляют стегальными или подшивочными стежками к заплате. Делают это тонкой иглой и шелковыми тонкими нитками.

Подкладная заплата (рис. 19). На поврежденное место с изнанки накладывают заплату и приметывают частыми сметочными стежками.

Изношенную ткань или осыпающиеся нити вокруг дыры подрезают. Края отверстия подгибают внутрь на 7—10 мм и приметывают к заплате ручными потайными стежками или машинной строчкой, которую прокладывают в 0,5—1 мм от края.

Края заплаты пришивают к детали частыми фигурными подшивочными стежками, незаметными с лицевой стороны. Такой ремонт чаще всего применяют при починке хлопчатобумажных тканей, а также при ремонте подкладки и белья.

Ремонт низа брюк. Если к краям брюк пришита тесьма, которая уже износилась, ее заменяют новой. Для этого тесьму отпарывают. Края брюк тщательно очищают от пыли и концов ниток. Новую тесьму укладывают по низу брюк так, чтобы ее утолщенный край перекрывал низ на 1—2 мм. Тесьму пришивают подшивочными стежками с обеих краев.

В отдельных случаях вместо специальной тесьмы к низу брюк можно пришивать полоску хлопчатобумажной ткани шириной 2—3 см.

Когда предохранительная тесьма на брюках нет и края их оказались изношенными, то ремонту подвергают манжеты брюк.

Сначала отпарывают весь подогнутый край низа брюк. Очищают его от пыли, ниток и плотно утюжат. Затем изношенные участки с открытыми дырами штукуют.

После штуковки швы плотно утюжат. Намечают новую линию для подгиба низа

брюк. Она должна пройти на 3—5 мм выше линии шва штуковки.

По новой линии край низа брюк подгибают наизнанку, заметывают, подшивают ручными стежками и плотно приутюживают. После этого к краю низа брюк пришивают специальную тесьму или полосу хлопчатобумажной ткани. Плотнo приутюживают низ, а затем утюжат и отпаривают все брюки.

Ремонт воротников. В одежде чаще всего изнашиваются стойки воротника и край воротника по отложной части.

Если воротник по линии стойки и отлету значительно изношен, его следует целиком заменить. Для этого воротник выпарывают, отутюживают и по нему подкраивают новый воротник из такого же материала. Иногда в женской и детской одежде ставят новый воротник из другого материала (бархата или меха с низким волосяным покровом). Такой воротник является как бы отделкой.

Когда материала для полной замены воротника нет, то производят его ремонт. Для этого меловыми линиями отмечают все изношенные места воротника (стойка и отложная часть). Края их подрезают. Затем стачивают обычным швом. Шов разутюживают и приутюживают весь воротник.

Кроме того, утюжке подвергают воротник, не отпоротый от изделия, чтобы придать ему необходимую форму, потерянную во время носки. Утюжат также концы подбортов по линии пришива воротника. После этого подворотник подрезают для уточнения формы или размера и соединяют обычным способом верхний воротник с подворотником.

Если стойка воротника очень сильно изношена, то ее вырезают и заменяют новой, как показано на рисунке 20 (а, б, в — линия повреждения ткани по стойке воротника, г, д, е — линия пришива новой ткани к воротнику).

Когда стойка изношена незначительно, то воротник отпарывают от подкладки, зашпунковывают изношенные места и подшивают к подкладке подшивочными ручными стежками.

Ремонт подкладки. Подкладка чаще всего изнашивается по нижнему краю проймы, возле боковых карманов и вдоль нижнего края.

При незначительной изношенности подкладку ремонтируют заплатами. Пришивают их машинным или ручным способом.

Ремонт подкладки вокруг проймы целесообразно делать вручную. Ремонт подкладки возле боковых карманов, а также по низу обычно делают машинным способом. Для этого подкладку отпарывают от подбортов с низа изделия. Отпарывают с таким расчетом, чтобы был свободный доступ к изношенному участку полы. Отпоротую подкладку тщательно отутюживают. Из новой ткани выкраивают заплаты соответствующих размеров и формы, края заплат подгибают наизнанку на 7—10 мм и заутюживают. Это позволяет более точно пришить заплату к поле.

Притачку заплат к нижним краям подкладки пол и спинки обычно производят стачным швом. После притачки заплат швы разутюживают.

После пришива заплат подкладку приметывают к полам и спинке и пришивают обычным способом.

Ремонт мешочка кармана. Ремонт нижней части мешковины кармана сравнительно прост. Отрезают конец износившейся мешковины. Шов оставшейся части мешковины распарывают на 5—7 см от конца среза. Шов отрезанной части мешковины распарывают полностью.

Распоротую часть мешочка разглаживают и по ней раскраивают новую, с припуском к длине для шва 2 см.

Новую мешковину пришивают к старой части кармана запошивочным швом.

Края детали расправляют, неточности срезают и края мешковины стачивают обычным швом, затем мешочек плотно приутюживают.

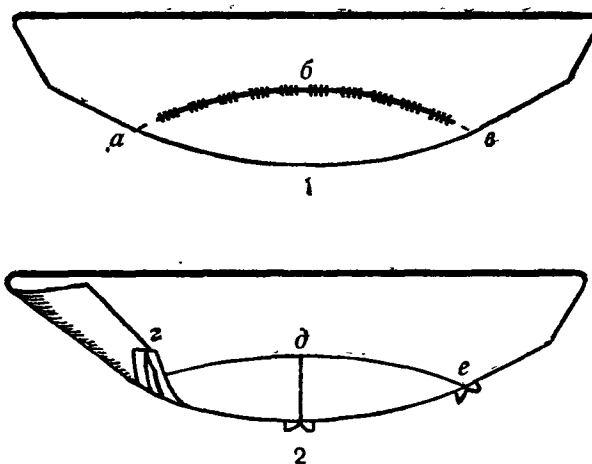


Рис. 20.

БЕЛЬЕ И ЕГО СТИРКА

Бельевые ткани для нательного и постельного белья считают гигиеничными, если они хорошо впитывают влагу, выделяемую кожей, и быстро высыхают, не затрудняя дыхания кожи, а также если они хорошо защищают тело от резких колебаний температуры, от жары или холода.

Белье должно хорошо стираться и быть достаточно практичным.

Батист, нансук, мадаполам, льняное полотно, натуральный шелк и многие другие ткани, из которых в течение многих и многих лет шили нательное белье, все больше заменяются трикотажем — хлопчатобумажным, вискозным, шерстяным. В последнее время для женского белья используют капрон, нейлон.

Применение этих новых материалов и изменение фасонов одежды вызвали изменение и фасонов белья.

Длинные и широкие женские платья прошлого века требовали и соответствующего белья. Широкие, отделанные пышными оборками и кружевами длинные панталоны, туго накрахмаленные нижние юбки и длинные сорочки были тогда необходимой принадлежностью обычного женского туалета.

Более простой, строгий стиль одежды, характерный для наших дней, короткие юбки и платья, мягко облегающие фигуру, потребовали не только других фасонов, но и других размеров белья. Вместо длинных панталон появились короткие, облегающие фигуру трусы и трико. Короче стали сорочки. На белье исчезли многочисленные оборки. А нижние юбки после длительного перерыва, когда их вовсе не носили, женщины надевают только под некоторые нарядные и вечерние платья.

В старину белье было белым.

В наше время изобретение прочных, устойчивых красителей, не линяющих при стирке, не выцветающих при носке, ввело в обиход цветное белье, почти полностью вытеснившее белое.

Излюбленным цветом для женского белья стал розовый, а также самые светлые оттенки голубого, зеленого, сиреневого и желтого. Белое белье необходимо для белых прозрачных платьев и блузок.

Туалетное белье — полотенце, купальные халаты и простыни из мягкой, махровой ткани — также чаще всего изготавли-

ют из цветной материи светлых и нарядных оттенков.

На наших глазах бумажные салфетки в значительной мере вытесняют из употребления салфетки из ткани. Появились и бумажные скатерти.

Можно предположить, что недалеко то время, когда специально обработанная бумага или другой очень дешевый материал заменит хлопчатобумажные и иные «старые» ткани для пеленок, для гигиенического и туалетного белья и т. п.

Уже сегодня новая синтетическая ткань капрон не нуждается в такой тщательной стирке, которая обязательна для хлопчатобумажных, полотняных материй. Грязь и жир, не проникая в толщу этой ткани, удаляются с ее поверхности легким простирыванием, вода также не проникает в ее поры, и это сокращает время сушки.

Изделия из синтетического волокна не мнутся и поэтому не нуждаются в глажении.

Недостаток этой новой ткани, если ее использовать как бельевую, состоит в том, что она недостаточно гигроскопична.

Но ведь капрон не является ни единственным, ни последним словом техники. Появились и еще, конечно, появятся, кроме капрона, новые синтетические ткани (или материалы), которые будут обладать всеми необходимыми свойствами, и тогда полностью будет решена задача резкого сокращения затрат труда в домашнем хозяйстве на уход за бельем.

Чистота белья, которым мы пользуемся, одно из неперемennых условий охраны здоровья.

Белье обычно меняют через строго установленные промежутки времени: нательное — не реже одного раза в неделю, постельное — один раз в 10—14 дней, причем наволочки меняют чаще (один раз в неделю); туалетные полотенца (каждый из членов семьи должен иметь индивидуальное) — один раз в неделю; столовое (скатерти, салфетки) — по мере загрязнения; чулки, носки — два раза в неделю (при потливости ног — чаще); носовые платки — по мере загрязнения.

Можно и нужно применять все способы и средства, облегчающие стирку, но нельзя в какой бы то ни было степени или в угоду чему бы то ни было использовать недостаточно чистое белье или слишком

долго носить его, так как это вредно для здоровья.

При длительной носке белье сильно грязнится, его надо долго отстирывать, сильно и энергично тереть, используя при этом в большом количестве моющие препараты, что вредно воздействует на ткани.

Обязательные гигиенические процедуры (еженедельная ванна или баня, ежедневные умывания, гигиенические умывания для женщин) не только способствуют укреплению здоровья, что, конечно, самое главное, но и дольше сохраняют белье чистым.

Кухонные полотенца придется реже стирать, если после мытья посуды сполоснуть ее горячей водой.

Для предохранения скатертей от быстрого загрязнения нужно использовать специальные подставки для ножей и вилок. Под бутылки и графины кладут кружочки из клеенки или из пластмассы. Старайтесь никогда не подавать пищу на стол в той посуде, в которой она стояла на огне.

Удобнее всего суп подавать в фарфоровой миске, второе — на блюде. Прежде чем ставить на стол тарелки и блюда с закусками, следует проверить чистоту нижней части этой посуды.

Очень удобны тонкие прозрачные скатерти из пластического материала, которые кладутся поверх обычных скатертей.

Где хранить грязное белье. Белье пачкается не только в носке, но и при длительном хранении до стирки в неподходящих условиях. Снятое белье не должно залеживаться, так как только что смененное отстирывается значительно легче.

Грязное белье лучше всего держать в плетеных корзинках или в ящиках с дырками для хорошей вентиляции. Хранить можно только совершенно сухое белье и в наиболее сухом месте, иначе на нем появляются трудно отстирываемые пятна сырости.

Когда проводить ремонт белья. Многие хозяйки считают, что ремонтировать белье нужно до стирки, так как дырявая вещь от трения может прийти в негодность. Но починка грязного белья неприятна и не гигиенична. Поэтому рекомендуется грязное белье с изъятиями отделить от остального, замочить, прокипятить, прополоскать и не стирать его ни на доске, ни руками, а когда оно высохнет, слегка прогладить, затем заштопать, зашить или положить

на него заплату, после чего тщательно выгладить.

О стирке. Технический прогресс и внедрение новых химических препаратов и моющих средств значительно облегчили труд домашней хозяйки по стирке белья. Уже сегодня существуют такие препараты, которые позволяют стирать некоторые виды носильного белья из искусственного волокна и шелка без ручного труда, только погружением в растворы этих препаратов.

И если сравнить труд, который затрачивали еще десять-пятнадцать лет назад на стирку белья, с тем трудом, который затрачивают на это теперь, то совершенно очевидным станет, насколько упростилась и стала легче эта домашняя работа.

Ваша мать простирывала белье руками никак не менее двух, а иногда и трех раз (первые два раза до кипячения, а третий — после кипячения). Вы же ограничиваетесь однократным ручным простирыванием. А при желании, если белье не заношено, вы можете вообще отказываться от ручной стирки. Используя, к примеру, силикатный клей с содой или готовые стиральные препараты («Снежинка», «Белизна» и др.), можно вполне ограничиться замачиванием, кипячением и прополаскиванием и не применять вовсе физической силы для оттирания белья руками.

Однако стирка и сегодня еще является одной из самых трудных работ в домашнем хозяйстве.

Именно поэтому во всех случаях, где это только возможно, хозяйка и в особенности занятая женщина должны отдавать предпочтение прачечным.

Некоторые считают, будто стирка в домашних условиях обходится значительно дешевле. При этом стоимость собственного и довольно нелегкого труда не принимают в расчет. А ведь если бы подсчитать как следует стоимость мыла, моющих препаратов, синьки, крахмала, топлива (или электроэнергии, газа) да и цену собственного труда, то, пожалуй, получилась бы разница не настолько существенная, чтобы из-за нее отказываться от услуг прачечной.

Намного облегчают работу по стирке домашние стиральные машины. Однако же и стирке с помощью стиральных машин нужно предпочесть городскую прачечную, так как уход за бельем, кроме

непосредственной стирки, требует еще и такой трудоемкой работы, как глажение, да и сушка белья в домашних условиях также не всегда удобна.

Но многие из наших читательниц не хотят или не могут обойтись без домашней стирки, и у них, возможно, нет еще стиральной машины. Поэтому их интересует, где, в каком помещении удобнее проводить эту нелегкую работу, в какой последовательности разумнее всего проводить ее и, наконец, как сделать так, чтобы при стирке затрачивать меньше сил.

Где лучше стирать? При отсутствии в квартире ванной комнаты хозяйки стирают на кухне.

Но на кухне готовят пищу, и это требует безупречной гигиеничности всех процессов кулинарной обработки продуктов. А при стирке, одновременной с приготовлением блюд, можно испортить и белье и пищу: испарения стираемого белья легко попадут в кастрюли, а брызги грязной воды при мойке сырых продуктов, возможно, запачкают белье. Значит, надо стирать лишь тогда, когда в кухне ни вы, ни ваши соседи не занимаются приготовлением пищи.

Ванная комната для стирки удобна прежде всего потому, что она бывает занята по своему прямому назначению только небольшую часть суток. Кроме того, в самой ванне можно замачивать белье, а впоследствии обильно и многократно его прополаскивать. Это позволяет сократить количество простирываний, обеспечивает белизну белья и вообще облегчает процесс стирки.

Отстирывать белье непосредственно в ванне неудобно. Для этого приходилось бы слишком низко нагибаться. Самую стирку проводят в корыте, поставленном на скамейку или табурет.

Замачивая белье в ванне, следует помнить, что моющие препараты разрушают эмаль. Поэтому после стирки ванну нужно тщательно вымыть и вытереть.

Правильная организация рабочего места и удобное расположение инвентаря для стирки очень важно и для сбережения ваших сил и для более успешного проведения этой работы.

Где бы и в каких условиях ни проводилась стирка, особое внимание нужно уделить правильному положению корыта, правильной высоте подставки под него.

Стирка, сама по себе трудная и непри-

ятная работа, становится еще тяжелее и утомительнее, если корыто расположено недостаточно высоко и вы вынуждены слишком низко нагибаться над ним.

Неудобно также, если корыто стоит чрезмерно высоко, что создает для корпуса такое положение, при котором руки не имеют достаточного упора, и поэтому нельзя обеспечить энергичного трения.

Расположение подставки под корытом и ее высота должны быть для вас удобными. Корыто нужно ставить поблизости от раковины, а если нужно — приспособить для слива воды ведро и т. п.

Вредно поднимать тяжелые бачки с водой и бельем. Поэтому бак ставят прежде на плиту, наливают в него воду, закладывают белье, после чего разжигают огонь. Когда кипячение окончено, белье либо выгружают частями из бака в таз или корыто, а затем сливают воду, либо обращаются за помощью к кому-либо из домохозяев или соседей.

Максимально используйте все мелкие приспособления для стирки, которые хотя и не столь значительно, как стиральная машина, но все же могут облегчить и ускорить работу. К таким приспособлениям в первую очередь нужно отнести вибратор, стиральные доски, щетки, деревянные щипцы для извлечения горячего белья, взбивалку для взбивания мыльной пены.

Используя стиральную машину, никогда не нарушайте ни одного из правил, указанных в инструкции, приложенной к этому аппарату. Не пытайтесь ни ускорить процесса стирки, ни заложить одновременно большее количество белья — это не даст никакой экономии времени: белье будет плохо обработано и его придется вновь пропускать через машину.

Моющие препараты. При стирке белых хлопчатобумажных и льняных тканей для смягчения воды используют мыло и щелочи. При этом достигается большая белизна белья — растворяются жировые и некоторые другие пятна, а также более экономно расходуется мыло. В качестве стиральных препаратов для этого белья применяют стиральную соду, а также «Снежинку», «Белизну», «Прогресс» и др.

Для стирки шелковых и шерстяных тканей применяют мыльные хлопья, мыльную стружку или препараты «Новость», «Универсал» и др.

Сортировка грязного белья. Это первый процесс стирки. При сортировке отделяют

грубое белье от тонкого, цветное белье от белого, шерстяное, шелковое, вискозное, капроновое от хлопчатобумажного и льняного, сильно загрязненное от более чистого и, наконец, отделяют белье с изъянами. В процессе сортировки каждую вещь просматривают, выворачивают, вытряхивают карманы и углы, где могла скопиться грязь, крошки, удаляют булавки, иголки, загибают острые крючки, которые при стирке могут поранить руки.

Стирка детского белья. Белье малыша — носильное, постельное, столовое, не говоря уже о пеленках, всегда стирают отдельно.

Никогда не сушите запачканной пеленки. Поставьте таз или ведро с холодной водой и кладите в него использованную пеленку. Перед погружением в воду с пеленки деревянной щепкой снимают экскременты. Пеленки кипятят, предварительно намылив их (кипячение продолжается 15—20 минут), а после кипячения тщательно прополаскивают.

Отдельно стирают не только белье малыша, но и белье больных.

Замачивание белья. Необходимость этого процесса становится очевидной, если посмотреть на воду после того, как из нее удалено намоченное белье. Белье замачивают в слегка теплой (но никогда не в горячей) воде. В воду добавляют стиральные порошки. При замачивании грязь растворяется. Этим самым облегчают стирку и сохраняют ткань, которая разрушается от слишком энергичного трения.

После замачивания рекомендуется прополоскать белье в чистой воде или хотя бы хорошо отжать.

Холодная стирка белья. Существует способ, при котором можно выстирать белье без ручной стирки и кипячения. Для этого сначала надо замочить белье, а затем прополоскать его. Наскоблить ножом 400 г мыла, высыпать его в 30 л кипятка, добавив туда 2 столовые ложки скипидара и 2 столовые ложки нашатырного спирта, взбить пену, опустить белье, закрыть и оставить на 10 часов, после чего тщательно прополоскать. Этот способ пригоден только для малозаношенного белья, и прибегать к нему можно изредка.

Ручная стирка. Отстирывание белья руками на рифленой доске или при помощи специального катка проводят либо до кипячения, либо после него. Если белье не заношено, то обычно после замачива-

ния, полоскания и кипячения оно бывает достаточно чистым, и только отдельные вещи или части этих вещей требуют дополнительной ручной стирки. Загрязненное белье нуждается в отстирывании, которое обычно и проводят до кипячения.

Стирка белья без ручного простирывания. Это один из наименее трудоемких способов. Белье замачивают в воде с добавлением соды (на 1 ведро воды 2 столовые ложки соды), предварительно намылив рукава, воротники и другие наиболее загрязненные места. Через 5—6 часов белье отжимают и выкладывают в бак, в который предварительно влит следующий раствор: на 1 ведро воды — 100 г мыла, 30 г соды, 50—75 г скипидара. В этом растворе белье кипятят 1—1½ часа, а затем прополаскивают сначала в теплой, а затем в холодной воде.

Кипячение белья. Белье закладывают для кипячения в специальный бак и заливают водой с растворенными в ней моющими препаратами. Сильно загрязненные места намыливают. Кипячение белья продолжается 40—60 минут с момента закипания воды. Следят за тем, чтобы во время кипячения белье было полностью покрыто водой.

В бак белье закладывают в следующем порядке: на дно кладут тряпку из белой ткани, поверх нее — в расправленном виде вещи из более грубых тканей, а поверх — тонкое белье.

Отбеливание. В результате недостаточно тщательной стирки, длительного хранения белье может приобрести некрасивый сероватый или желтоватый оттенок. Для отбеливания такого белья применяют следующий способ: в ведро горячей воды добавляют 2 столовые ложки нашатырного спирта и 2 столовые ложки 3-процентной перекиси водорода и опускают предварительно выстиранное белье (приблизительно 1 кг). Белье во время отбеливания, продолжающегося примерно 20—30 минут, нужно помешивать и следить, чтобы оно было покрыто раствором; затем его вынимают и тщательно прополаскивают.

Существует и другой способ отбеливания белья. Способ этот состоит в следующем: 1 чайную ложку хлорной извести всыпают в фарфоровую или эмалированную небольшую посуду, вливают 1 чайную ложку воды и тщательно растирают, разбавляют в литре холодной воды. Когда

раствор станет прозрачным, процеживают его через ткань в бак для кипячения белья, добавляют 1 ведро теплой воды (температуры парного молока). Кладут белье в расправленном виде, время от времени помешивают его чистой деревянной палкой. Через 20—25 минут вынимают белье из раствора и очень тщательно прополаскивают в холодной воде.

К этому способу следует прибегать изредка и тщательно соблюдать при этом все правила, так как раствор хлорной извести уменьшает прочность ткани.

Если в вашем хозяйстве есть запас белого белья, которым вы пользуетесь редко, его необходимо хотя бы раз в год стирать, а шкаф, в котором оно лежит, проветривать. От долгого хранения белье желтеет, и его трудно отстирывать, а кроме того, ткань слеживается и разрушается.

Хорошо отбеливается пожелтевшее во время хранения белье, если прополоскать его в холодной воде и выложить на траву в солнечный день.

Полоскание. Для удаления частиц мыла, которые увлекают с собой и частицы грязи, белье полощут. Поэтому этот процесс стирки требует особой тщательности. Споласкивают белье вначале в теплой воде, а затем в холодной до тех пор, пока вода не станет совершенно прозрачной. Некоторые хозяйки начинают полоскание с того, что заливают отстиранное белье кипятком и дают ему постоять, а потом полощут в обычном порядке.

Если белье полощут в ванне, спускать воду можно только после того, как вынута белье, иначе частицы мыла окажутся на поверхности белья.

В воду для полоскания хорошо добавить немного нашатырного спирта для ее смягчения. Только вода для последнего прополаскивания не нуждается в смягчении.

Подсинивание. Легкая голубизна белья после подсинивания воспринимается зрительно как наиболее чистый белый цвет.

Чтобы подсинить белье, синьку кладут в мешочек из ткани, опускают этот мешочек в воду и перебирают его руками, пока вода не окрасится в нужный цвет, затем синьку извлекают из воды. В полученную таким образом подсиненную воду опускают каждую штуку белья в расправленном виде и прополаскивают. На 1 кг сухого белья используют 0,2—0,3 г порошка синьки и 10 л воды. Синьку разводят

в обычной, не смягченной воде, так она лучше ложится на ткань.

При стирке кружевных и тюлевых гардин, покрывал, накидок кремового цвета вместо синьки можно использовать настой кофе или чая, который процеживают через тонкую влажную ткань или очень частое ситечко, а затем поступают так же, как и при подсинивании белья.

Подкрахмаливание. Подкрахмаленное белье имеет привлекательный внешний вид. Кроме того, оно легче отстирывается, так как одновременно с отмоченным крахмалом с поверхности ткани удаляется грязь. Но некоторая жесткость, которую дает крахмал, неприятна в нательном белье и не нужна для туалетного белья (полотенца, купальные простыни и др.). Поэтому постельное белье крахмалят обычно слабо, занавески, накидки, покрывала, скатерти, салфетки и т. п. — сильнее, и сильно — воротнички и манжеты мужских сорочек, предназначенных для парадного костюма.

Для крахмаления платьев, блузок, мужских сорочек, тюлевых гардин и занавесок из тонких тканей крахмал растворяют в небольшом количестве ($\frac{1}{2}$ стакана) холодной воды. Заливают этот раствор, все время помешивая, кипятком. Когда он станет прозрачным, вливают холодную подсиненную воду, размешивают. Опускают в этот раствор каждую вещь в расправленном виде, прополаскивают и отжимают.

На 1 л воды берут 6—8 г крахмала.

Так же крахмалят столовое и постельное белье, но используют на 1 л воды 10—12 г картофельного или маисового (кукурузного) крахмала.

Для жесткого крахмаления воротничков и манжет мужских сорочек растворяют картофельный, рисовый или маисовый крахмал в холодной воде. В горячей воде растворяют буру и затем охлаждают. Смешивают эти растворы. Во вновь полученный раствор окунают воротнички и манжеты сорочки, отжимают их, завертывают в чистую ткань. Гладят их влажными и не слишком горячим утюгом.

На 1 л воды берут 50 г крахмала и 15 г буры.

Стирка вещей из хлопчатобумажных и льняных тканей. Эти ткани хорошо переносят обычную стирку при умеренном количестве моющих препаратов, при энергичном трении, а также высокую температу-

ру, то есть кипячение и глажение горячим утюгом.

Сильно линяющую вещь стирают только в холодной воде и сушат в хорошо расправленном виде тотчас после полоскания.

Чтобы определить, линяет ли цветная вещь и можно ли ее стирать вместе с другим цветным бельем, нужно намочить ее кончик, а затем отжать его в белой тряпочке. Если на тряпочке остается окрашенное пятно, то цветную вещь стирают отдельно от других.

Стирка шерстяных вещей. Шерстяные вещи «салятся» при стирке, их трудно гладить. Поэтому целесообразнее отдавать шерстяные вещи в чистку. Но если вы все же решили стирать их в домашних условиях, то учтите следующее.

Шерстяные вещи стирают в теплой воде, без щелочей и жавеля. Наилучшей температурой воды считают 38°. Изделия из шерсти «салятся», становятся жестче и волокно их «сваливается» не только от горячей воды, но и от резкой смены температуры воды. Поэтому полоскать эти вещи нужно в воде такой же температуры, что и при стирке.

Без крайней нужды шерстяные вещи не рекомендуется замачивать перед стиркой. Желательно, чтобы стирка и полоскание проводились в короткие сроки.

Для стирки шерстяных вещей используют большее количество воды, чем для изделий из хлопчатобумажного волокна. Предпочтительно стирать шерсть ручным способом, но если вы хотите воспользоваться стиральной машиной, то закладывайте одновременно значительно меньшее количество вещей, чем при стирке обычного белья.

Во время стирки шерстяные вещи не следует энергично тереть. Их лишь отжимают и перебирают в руках. Стирают их в мыльной пене или с помощью специальных препаратов: «Новость», «ЗШ» и т. п. Для удаления излишней влаги из этих вещей их только слегка сжимают руками, но не перекручивают. Хорошо использовать для стирки шерстяных вещей дождевую или снеговую воду. Полоскать их следует тщательно (желательно также в теплой дождевой воде), добавив в воду для последнего полоскания 1 столовую ложку уксуса на 1 ведро воды.

Вязаные шерстяные вещи, сильно загрязненные, тщательно встряхнув, замачи-

вают в воде комнатной температуры, смягчив ее нашатырным спиртом (2—3 столовые ложки на ведро воды). Через 1—2 часа вещь опускают для стирки в теплую воду, в которую добавляют порошок «Новость» или мыльную пену. Для взбивания пены удобно пользоваться взбивалкой, подобной той, которую используют для взбивания белков. Шерстяные вещи не трут, а только сжимают руками.

Если на вещах есть пятна жира или сильные загрязнения, их держат в более крепком растворе «Новости» 30 минут и затем прополаскивают вначале в теплой, а затем в холодной воде.

Существует и такой рецепт для стирки темных шерстяных вещей: растереть 100 г сухой горчицы, добавив немного холодной воды; разбавить горячей водой и процедить половину раствора в корыто или таз с теплой водой; простирать без мыла в этом растворе; затем, сменив раствор, простирать ту же вещь еще раз и прополоскать, как обычно, вначале в теплой, а затем в холодной воде.

Стирка вещей из натурального и искусственного шелка. Эти ткани стирают в мыльной пене, которую взбивают из мыльной стружки, хлопьев или специальных препаратов: «Новость», «Универсал» и т. п. Вода для стирки должна быть только теплой. В нее, кроме мыльной пены, добавляют нашатырного спирта (1 столовая ложка на 1 ведро воды). Сильно загрязненные вещи стирают два раза, сменяя растворы.

Шелковые ткани, как и шерсть, только перебирают и сжимают руками. Выстиранную вещь тщательно прополаскивают в теплой воде. Многие шелковые ткани линяют во время стирки. Эти материи нужно сушить особенно быстро. Вначале закатать в чистую ткань и затем, тщательно расправив, выложить на мягкую ткань. Хорошо сушить шелковые вещи у работающего электровентилятора.

Изделия из шелковой тафты нельзя перекручивать во время стирки и отжимания. Складки, которые образуются при неправильном отжимании, остаются и после глажения. Поэтому эти вещи выкладывают для сушки на чистую ткань, прикрывают этой же тканью сверху и, прижимая руками, удаляют излишнюю влагу.

Ткани из синтетического волокна (капрон, нейлон и т. п.) стирают и полощут

в теплой воде, не выше 37°. Их не трут, а только опускают в воду и поднимают, перебирая руками.

Стирка тюлевых покрывал, накидок и кружевных гардин. Перед стиркой гардины нужно тщательно встряхнуть или проработать пылесосом, затем замочить в воде комнатной температуры, в которую для смягчения добавить либо питьевой соды (на 1 ведро воды 1 столовую ложку), либо нашатырного спирта (2 столовые ложки на ведро воды). Воду, в которой замачивают тюль или кружевные изделия, нужно сменить два раза. Стирку проводят без трения, а только отжимая вещь в мыльной пене или в специальном препарате («Новость» или «ЗШ»), затем вещь дважды прополаскивают. Первый раз в слегка теплой воде, а второй — в холодной. Белые вещи подсинивают, добавляя синьку в раствор крахмала (на 1 л воды 15 г картофельной муки).

Перед стиркой рекомендуется измерить длину и ширину вещи, для того чтобы вытянуть ее до нужных размеров во время сушки.

Стирка резиновых поясов. Застегнуть пояс, вывернуть наизнанку, опустить в мыльную пену и протереть мягкой щеткой. Стирать и споласкивать только в теплой воде. Вынуть из воды, завернуть в чистую ткань и, не перекручивая, отжать излишнюю влагу. Расправить и сушить на слое ткани. Гладить резиновые пояса нельзя.

Сушка белья. Хорошо отжатое белье развешивают на туго натянутой веревке. Перед развешиванием белье выворачивают наизнанку. Сушку белого белья на воздухе, в особенности на солнце, нужно предпочесть всякой другой, так как здесь белье не только быстро высыхает (а если оно долго сохнет, то желтеет), но и хорошо проветривается, отбеливается и сохраняет приятный аромат свежего воздуха. Если нет возможности сушить белье на воздухе, нужно хотя бы обеспечить наилучшую вентиляцию помещения, где оно сушится, — открыть окна или форточки.

На кухне белье можно сушить только после того, как окончено приготовление пищи. Это не только удобно для тех, кто находится в кухне, но и предохраняет развешанное белье от загрязнения. Перед сушкой белье надо тщательно отжать, иначе оно будет долго сохнуть, а стекаю-

щая с него влага может попасть и на людей и в пищу.

При развешивании белья на веревки нужно избегать вешать одну вещь на другую, что замедляет сушку.

Если сушат белье на морозе, рекомендуется добавить при последнем полоскании на 1 ведро воды 1—2 столовые ложки поваренной соли. При этом условии белье меньше промерзает. Осторожно снимайте с веревок сильно промороженное белье, оно легко «ломается».

Вязаные шерстяные вещи сушат в теплом месте, но не на солнце и не у печки. Никогда нельзя сушить эти изделия на морозе. Белье из шерстяного трикотажа сушат, как обычно, на веревках, верхние вещи — вязаные кофточки, свитеры, джемперы, платья — расстилают для сушки на толстый слой какой-нибудь мягкой и чистой ткани, тщательно расправляют и время от времени переворачивают на другую сторону.

Перед стиркой рекомендуется измерить длину и ширину вязаной вещи для того, чтобы правильно вытянуть ее перед сушкой.

Платья и блузки из шелковых тканей после стирки закатывают в чистую ткань и, только после того как отжата влага, надевают на плечики и сушат в прохладном месте.

Не оставляйте развешанными веревки после того, как с них снято белье, они желтеют, пачкаются и могут затем испачкать чистое белье. Если веревки загрязнились, их наматывают на дощечку и опускают в горячую мыльную воду, чистят щеткой, споласкивают и сушат, не снимая с доски.

Глажение. Для того чтобы эта работа не была слишком утомительной и давала наилучшие результаты, необходимо позаботиться об удобствах рабочего места и нужных приспособлениях.

Наиболее удобны для глажения электроутюги: в них поддерживается все время одинаковая температура и нет опасности, что утюг слишком раскалится и сожжет ткань. Особенно удобны утюги, снабженные терморегулятором с обозначением степени нагрева для различных тканей, и электроутюги, которые, кроме терморегулятора, имеют и подпариватель. Эти последние дают возможность без увлажнения гладить пересохшее белье и шерстяные ткани.

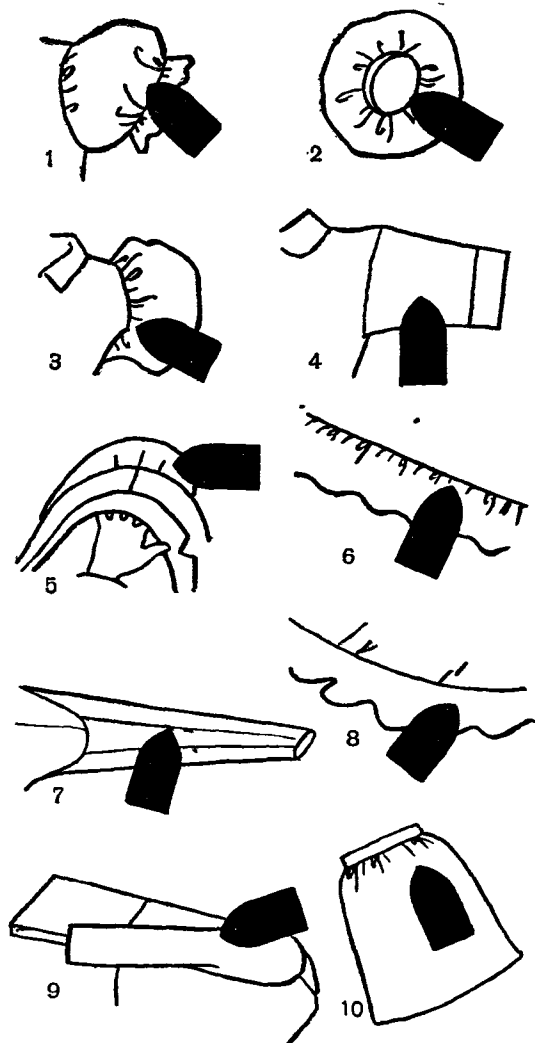


Рис. 21. Утюжка различных деталей:

1, 2 и 3 — рукавов с буфами; 4 — короткого рукава; 5 — плеча женского жакета; 6 и 8 — оборок и рюшек; 7 и 9 — рукава женского жакета; 10 — юбки.

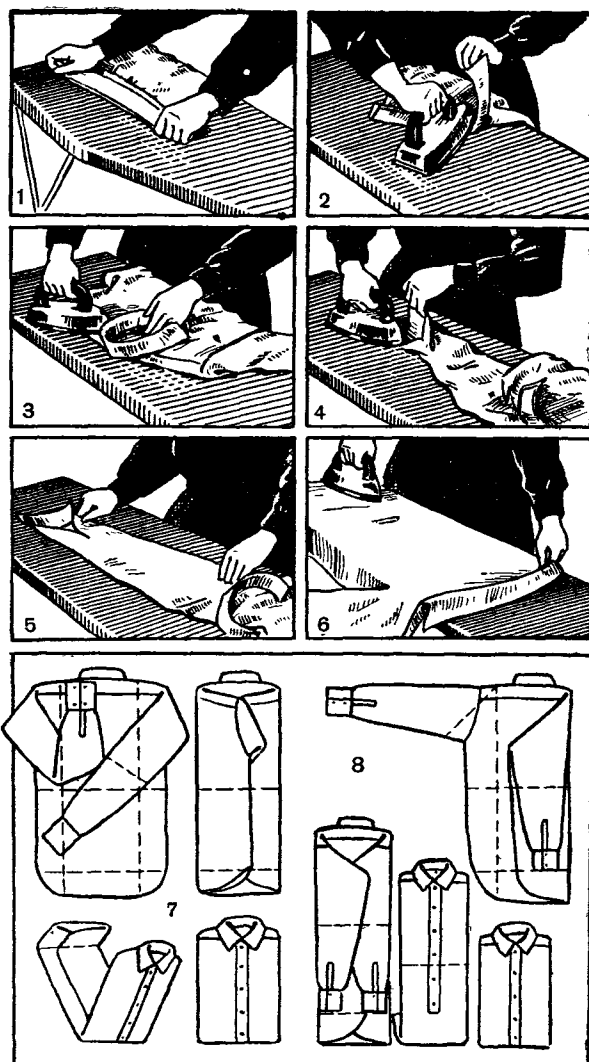


Рис. 22. Утюжка мужской рубашки:

1 — вытянуть воротник и придать ему форму; 2 — прогладить воротник; 3 — выгладить плечи; 4 — выгладить манжеты; 5 — выгладить рукав; 6 — выгладить спинку и перед; 7 и 8 — два способа складывания выглаженной мужской рубашки.

Гладильная доска, обитая сукном и покрытая чистой хлопчатобумажной тканью, также является одним из наиболее удобных приспособлений. Для глажения рукавов применяют и маленькие доски со специальной подставкой.

Приготовьте место для складывания выглаженного белья. Поставьте рядом с доской столик, стул или табуретку.

Пересохшее белье трудно гладить, его нужно обязательно сбрызгивать. Для этой цели удобна специальная кисточка из

тонкой мочалы, привязанная к деревянной палочке, резиновая губка или пульверизатор. Следует помнить, что влажное или увлажненное (сбрызнутое) белье нельзя хранить дольше 12 часов до глажения, иначе на нем могут появиться пятна сырости в виде темных мелких точек, которые удаляются с большим трудом.

Перед глажением рассортируйте белье по группам (рубашки, полотенца, наволочки, простыни и т. п.) и отделите вещи, требующие ремонта. Гладьте отдельно

каждую группу вещей, так как повторение одинаковых процессов глажения и складывания облегчает и ускоряет работу.

Прямые вещи (скатерти, простыни, пододеяльники, полотенца и т. п.) после сушки перед глажением вытяните или прокатайте, сбрызните и закатайте рулоном.

Если перед глажением обнаружено, что вещь плохо простирана, ее нужно отложить и вновь выстирать, так как после глажения особенно трудно бывает отстирать грязные места.

Гладить нужно медленными движениями, сильно нажимая на утюг. Легкие движения, без достаточного нажима, высушивают, но плохо проглаживают ткань.

Прежде всего глядят мелкие детали — рукава, воротники, манжеты, карманы, оборки, вышивку, кружева (рис. 21).

Гладить надо справа налево и от широкой части вещи к узкой. Глядят по направлению от себя, а не к себе, по длине, а не по ширине белья (по продольной нитке).

Глядят вещи до полной сухости, в противном случае они сомнутся в процессе складывания и хранения.

Постельное белье — простыни, пододеяльники, наволочки, а также полотенца — глядят с лица.

Все цветное белье, кроме мужских рубашек, глядят с изнанки для того, чтобы на этих вещах не появлялись полосы — следы от утюга. Утюжка мужской рубашки показана на рис. 22.

Шерстяные вещи глядят и с изнанки и с лица, но в последнем случае обязательно через увлажненную ткань.

Крепы и ткани с выпуклым рисунком глядят сухими, не слишком горячим утюгом.

Изделия из синтетического волокна (капрона, нейлона и т. п.) вообще можно не гладить. Но если выстиранная вещь измялась, ее можно прогладить только слегка теплым утюгом.

Изделия из тафты, выработанной из искусственного шелка, глядят слегка влажными, с изнанки, негорячим утюгом.

Трудоемко глажение чесучи. Ее можно гладить только после того, как она совершенно высохла; ее нельзя сбрызгивать, так как капли оставляют на этой ткани пятна.

Изделия из белого натурального шелка

рекомендуется гладить только с изнанки, не слишком горячим утюгом. Шелка должны быть только слегка влажными, так как если они излишне влажны, то после глажения становятся жесткими.

Вышивки на белье глядят с изнанки горячим утюгом на мягкой подстилке.

Не следует долго держать утюг на выпуклых частях (карманы, застёжки и т. п.), так как от этого остаются следы утюга; лучше несколько раз возобновлять проглаживание этих мест.

Чем тоньше вещь, которую вы гладите, тем толще должна быть подстилка.

При глажении недостаточно горячим утюгом на сыром белом белье остаются желтые полосы.

Выглаженные вещи складывают стопками, подбирая в стопку вещи одинакового назначения (скатерти к скатертям, рубашки к рубашкам и т. п.). В бельевой шкаф выглаженное белье кладут на полки, покрытые чистой белой бумагой, и только после того, как белье совершенно остыло. Следует помнить, что непосредственно после глажения горячим утюгом белье сохраняет еще некоторое время небольшую влажность.

Кружевные и тюлевые гардины очень трудно хорошо выгладить; они обычно «садятся» во время стирки и вытягиваются, теряют форму во время глажения. Поэтому после закатывания в чистую простыню и удаления таким образом излишней влаги их можно повесить на окна и, растянув с боков, дать высохнуть. Иногда занавески натягивают на специальные рамы. Сушить занавески можно и на большом столе. Для этого под них подкладывают чистую ткань или бумагу и приколачивают их деревянными гвоздиками или кнопками. Под кнопку нужно положить кусочек белой бумаги, чтобы ткань не ржавела.

Все вещи, которые рекомендуется гладить влажными, должны быть хорошо высушены в процессе глажения.

Если при глажении на ткани появились блестящие полосы, можно слегка смочить их водой, притирая тампоном ваты или мягкой ткани, и прогладить через ткань.

Перед глажением и после него рекомендуется смазать полотно утюга тонким слоем парафина или воска. После глажения утюги ставят в чистое и сухое место и держат их в стоячем положении.



ПЕРЕДЕЛКА ОДЕЖДЫ

НЕБОЛЬШАЯ ПЕРЕДЕЛКА

Перед началом летнего и зимнего сезонов следует пересмотреть свой гардероб.

Просматривая старые вещи, вы убеждаетесь в том, что та или иная из них потеряла свежесть, вышла из моды или просто надоела. В таком случае надо очень внимательно осмотреть платье, костюм или пальто, примерить и решить, нельзя ли, ограничившись небольшой переделкой, сделать вещь модной.

Если это пальто с поясом, снимите надоевший пояс и носите пальто свободным. Если пальто слишком длинно, то укоротите его по современной моде. Если истерлись или потеряли свой вид меховые детали, хорошо сменить их или обновить, изменив устаревшую форму воротника и манжет. Впрочем, манжеты можно снять совсем или употребить на переделку воротника.

На рис. 1 два пальто, в которых обновили воротник и манжеты. Вверху показана старая модель, которая подвергалась переделке. Поэтому она перечеркнута. Так же будут изображаться старые модели и на других рисунках. Фактура материала на них не будет показана.

На рис. 2 показаны старое пальто и новое, укороченное, с долевыми петлями вместо прежней потайной застежки. Теперь пуговицы расположены совершенно по-новому: с большими интервалами, их ряд заканчивается очень низко. Изменен воротник. На боковых швах — глубокие разрезы. Из оставшихся кусков сделана шапочка, поля которой можно сделать из трикотажа.

А как поступить со старомодным костюмом, который изображен на рис. 3, А? Если такой костюм загрязнен, его надо сначала хорошо почистить и отпарить через кусок влажной материи утюгом и таким образом вернуть ему потерянную свежесть.

А дальше подвергните жакет прежде всего той переделке, которая показана на рабочих рисунках Б, В, Г, Д. Выпорите верхнюю часть рукава (рис. 3, Б) до линии а—а, вытащите подплечики и уменьшите их более чем вдвое, распорите плечевой шов почти до самого воротника. Сметайте плечевой шов, снизив его к пройме на 1,5—2 см. Срежьте с высоты рукава образовавшиеся излишки (рис. 3, В) и, слегка присобрав, вметайте его.



Рис. 1.

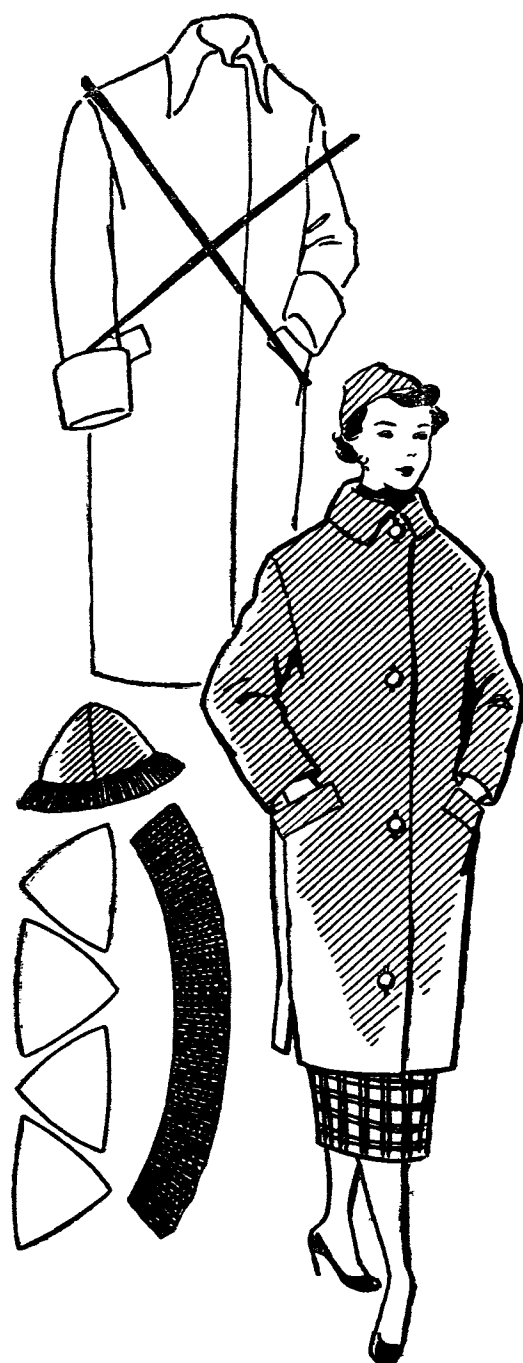


Рис. 2.

Если пройма стала мала (узкая), рукав придется выпороть целиком и углубить пройму (рис. 3, Г). Если все сидит хорошо, можно сшить плечевой шов и втачать рукава.

Если низ рукава истерся, износился, укоротите его так, чтобы была видна вся кисть руки (рис. 3, Д), или сделайте длину в $\frac{3}{4}$. Это придаст легкость всей вещи.

На рис. 4 показаны варианты переделки устаревшего жакета (рис. 3, А). На рис. 4, А — жакет с закругленными полочками, при этом нижняя петля совсем срезана. В другом жакете (рис. 4, Б) изменена застежка. Ее сделали более глухой, прибавив сверху одну пуговицу и соответственно укоротив низ. На рис. 4, В — жакет также укорочен по уровню нижней петли. От передних вытачек добавлен пояс, который спереди завязывается переброской.

После сравнительно небольшой переделки костюмы стали неузнаваемы.

Теперь позаботьтесь о новой блузке, маленьком глухом джемпере или о шарфике. Эти детали придадут обновленному костюму еще более привлекательный вид.

Возможно, что юбку от костюма даже не придется трогать. Но если она слишком широка и длинна, то лучше сузить ее и укоротить.

Просмотрите также ваши платья. Может быть, некоторые из них уже устарели. В таком случае их тоже легко обновить.

На рис. 5 показано платье, которое преобразилось после небольшой переделки: вытачки распорили, и это придало легкость лифу, воротник упразднили и сделали большой вырез, рукава выпороли совсем. Широкий мягкий пояс, сделанный из рукавов, придал платью нарядный вид.

На рис. 6, А дано платье, у которого укоротили рукава и изменили форму выреза горловины — сделали его в виде каре. По низу выреза сделан плоский бант. На рис. 6, Б показано, как это же платье можно изменить, сделав новый воротник и манжеты из полосатой ткани. У платья на рис. 7 появилась отделка из клетчатой ткани: отделаны воротник и клапаны карманов. Такую же отделку можно сделать из белого пике.

Не забывайте, что ваш вид во многом будет зависеть от аксессуаров (сумка, туфли, шляпа, перчатки, пояс, бусы и т. д.), которыми вы дополните свое платье.

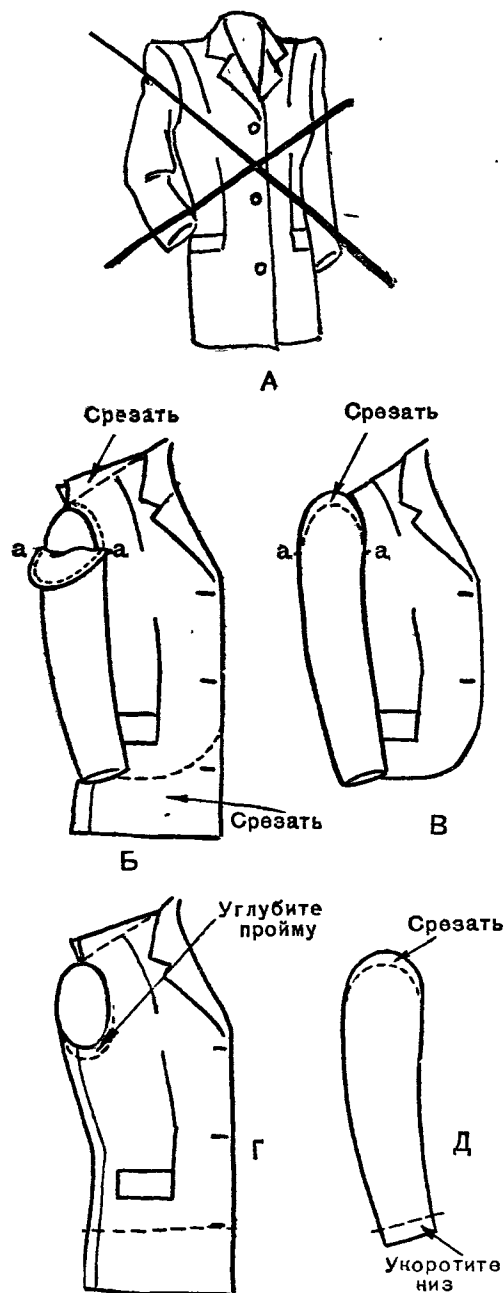


Рис. 3.

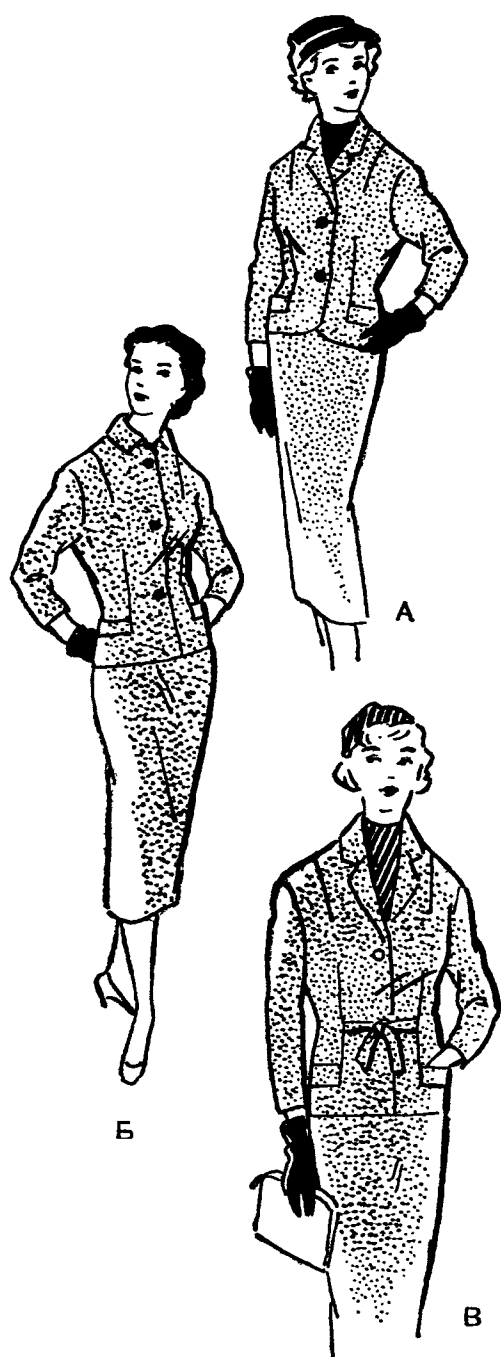


Рис. 4.



Рис. 5.



Рис. 6.



Рис. 7.

ПЕРЕДЕЛКА ЗАНОВО ВСЕЙ ВЕЩИ

При пересмотре гардероба иногда убеждаешься в том, что небольшой переделкой ограничиться нельзя, так как вещь отслужила свое, совсем немодна, ткань местами выгорела, обносились борта и рукава.

Если вещь перелицевать без всякого изменения, она будет выглядеть по-старому. Поэтому лучше изменить старые, немодные линии кроя на более новые и современные.

Каждая новая вещь тем и приятна, что обновляет наш облик, заменяет привычные формы новыми, разнообразит и пополняет наш гардероб.

Не приобщайтесь к мнению, что из старого можно делать кое-как, небрежно, наспех. Такая практика не даст хороших результатов, и в конечном итоге вы сами себя накажете, тогда как хорошо скроенная и тщательно сшитая вещь из старого иногда не уступает новой.

Только запаситесь терпением, так как переделывать старую вещь на новую, собирать и прилаживать мелкие куски, штопать и штоковать петли, подрезы сложнее, чем шить из нового.

Прежде всего, что бы вы ни переделывали — платье, пальто, мужской костюм, их надо распороть, отчистить от пыли и свалявшейся ткани все швы и углы и вынуть все остатки ниток. Если ткань не очень загрязненная, то ее можно пропарить через влажную тряпку утюгом, а лучше все выстирать в порошке «Новость» или сухой горчице. Только не забудьте перед стиркой заматывать петли и прорезы карманов (рис. 8, А), чтобы они во время стирки не расползлись. Если ткань сыпучая, то сделайте это с особенной тщательностью (рис. 8, Б).

Тут же надо решать, лицева ли ткань, или красить. Одностороннюю ткань лицевать нельзя.

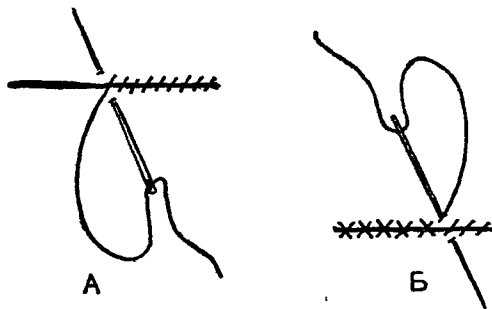


Рис. 8.

После стирки или окраски слегка влажные куски тщательно проглаживают утюгом, не вытягивая и не перекашивая. Гладить надо по той стороне, которая в дальнейшем будет изнанкой.

Когда куски выглажены, их надо внимательно осмотреть (особо вытертые места — на свет), пометить мелом с изнанки сильно потертые или порванные места, невыводимые пятна, чтобы учесть все это при выборе нового фасона и при перекраивании.

Все части складывают попарно, лицом внутрь и приступают к раскрою одинаковых деталей вместе. Тут же прикиньте выкройки и проверьте: пройдет ли длина, не слишком ли узка спинка, для того чтобы сделать на ней шов или встречную складку, насколько изношены рукава и борта, воротник и манжеты.

Иногда при перекраивании выгоднее расположить выкройки частей лифа, спинки или мелких деталей не в том направлении, как они были расположены в старой вещи, а перевернуть их: низ сделать верхом, сохраняя долевую нить, как требует выкройка. Нельзя забывать и о том, что рисунок у тканей может быть односторонний, например, цветы, листья, геометрические фигуры направлены все в одну сторону. К таким тканям, требующим при раскрое особого внимания, относятся также некоторые виды клетчатых тканей, имеющих несимметричный, односторонний рисунок. В таких тканях даже мелкая деталь — карман, клапан, хлястик или маленькая вынужденная подставка (притачка-клин) в лифе, юбке, рукаве, положенная в обратном направлении, сразу будет заметна и выделится на общем фоне.

Ткани с начесом и ворсом также надо располагать только в одном направлении — ворсом сверху вниз. Исключением служат бархат и бобрик, которые располагают ворсом вверх, так как при этом цвет их делается насыщеннее и глубже.

Только теперь, когда перед вами лежат готовые куски, можно окончательно решить, выйдет ли задуманная вещь целиком, или придется комбинировать и что-либо добавлять. Только тщательно все проверив, можно приступить к раскрою.

При перекраивании сосредоточьте свое внимание на том, что вы делаете, не спешите, не отвлекайтесь посторонними разговорами, так как любой разговор или увлекательная радиопередача могут стать причиной того, что вы безнадежно «обкрои-

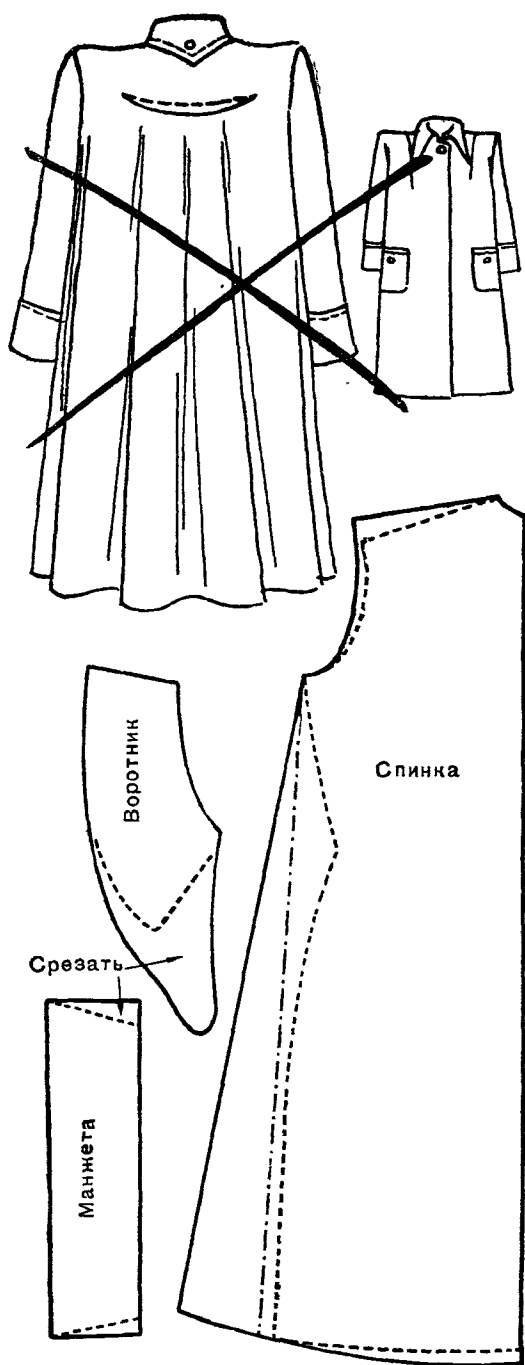


Рис. 9.

тесъ». «Семь раз примерь и один отрежь», и особенно при перекраивании из старого, ведь тут и добавить будет неоткуда.

Побольше припустите на швах, а где можно и совсем не срезайте до первой при-



Рис. 10.

мерки. Не вырезайте лишнее у проймы и горловины, так как срезать всегда успеете, а добавить труднее.

Переделка старого пальто. Давайте посмотрим сначала верхние вещи, ведь когда-

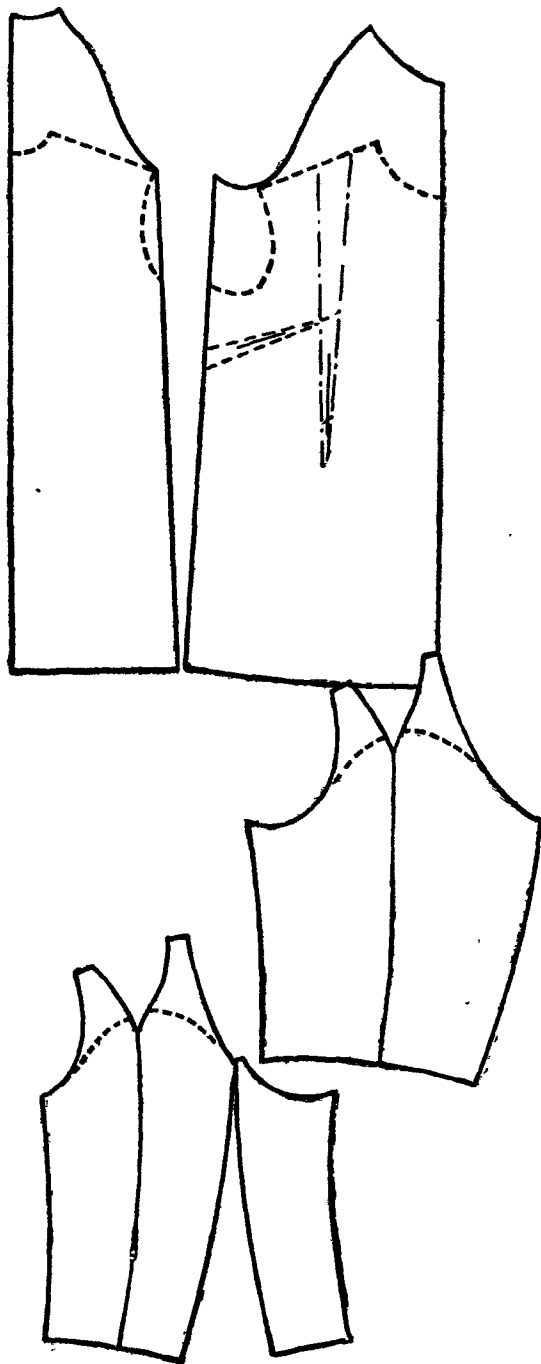


Рис. 11.

то они дорого стоили, ткань еще не совсем изношена и с изнанки совсем хорошая.

На рис. 9 показано пальто, которое со временем стало таким нескладным, что на него и смотреть не хочется. В таком виде его носить нельзя, а переделать можно, да так, что и никто не догадается, что оно сделано из старого.

Так как на спинке могут остаться следы от полукруга — складки, лучше пальто лицевать. При перекраивании спинки расклешенные боковые части срезают и спинку делают прямой, в талию или слегка расширенной. Можно сделать пальто и на кокетке. Если складка была заложена не по целому, а подрезана, то надо проверить, выйдет ли длина целиком. Если пальто было чрезмерно длинным, то, может, и пройдет, но учтите, что оно будет немного короче.

На рис. 10 даны различные по форме пальто после переделки. На рис. 10, А — пальто прямое, на рис. 10, Б — слегка в талию, на рис. 10, В — совсем облегченное пальто в стык, без запаха. У пальто нет ни отворотов, ни воротника. Летом это применимо. Такое пальто можно носить совсем распахнутым и не застегивать.

Рукава надо перекроить по принципу, указанному выше (переделка жакета), сняв сверху оката лишние куски, сделанные в свое время с расчетом на огромные подплечики, которые надо совсем упразднить.

Перекроите воротник и сделайте новой формы карманы.

Переделка пальто «реглан». Из старого женского или мужского пальто покроя «реглан» (если пройдет длина) можно сделать женское пальто с втачным рукавом.

Полочки и спинку надо перекроить так, как показано на чертежах рис. 11.

Сзади на спинке можно сделать шов или складку. Если складка не получается, сделайте шов, взяв в него хотя бы 0,5 см. Для большей солидности с изнанки к этому маленькому шву надо пришить плотную косую бейку, которая даст возможность красиво отстрочить шов декоративной строчкой шириной 2—3 см.

Надо учесть, что в старом пальто могли быть прорезные карманы, которые при перекраивании полочек переместятся значительно выше и служить карманами не смогут.

Если ткань ликуется, то прорезы карманов можно тщательно заштоковать, и они будут совсем незаметными.



Рис. 12.

Если же прорезы очень истрепались, то их надо скрыть в рельефном шве.

Если карманы были сделаны наклонно, то застрочите их наподобие вытачки.

Рукава «реглан» обычно бывают двухшовные, а иногда и трехшовные, с нижней

половинкой (рис. 11). После перекраивания по верху рукава останется шов с небольшой вытачкой вверх оката, что дает красивую округлую линию рукава.

Если длина вас не устроит, то сделайте полупальто или куртку (рис. 12).



Рис. 13

Переделка платья. Если вы справились с пальто, то переделать легкое платье будет намного легче.

Если платье стало вам узко, коротки рукава, чрезмерно зависилась талия, то

сделайте из него юбку и маленькое фигаро (рис. 13). Его можно сделать с небольшим воротничком, совсем без застежки (рис. 13, А). Можно сделать без воротника с закругленными полами (рис. 13, Б). Рукава укоротите.

Если лиф был чрезмерно узок, по возможности выпустите ткань в боковых швах или вставьте в бока небольшие добавки-клинья, что сразу расширит лиф и сделает его удобным и свободным.

Если в платье изношены рукава, то сделайте из него сарафан. Это очень удобный и широко применяемый вид одежды. В нем можно быть дома, его можно надевать и на работу. На рис. 14, Б, В, Г даны различные фасоны сарафанов, сделанных из старых платьев.

На рис. 14, А показана блуза строгой формы, тоже сделанная из старого платья, которое было так коротко и узко, что не получился даже сарафан, а кокетка блузки позволила использовать самые небольшие куски.

Платье из двух тканей. Если при переделке платья вы не можете обойтись без добавки ткани, не смущайтесь. Не стремитесь подобрать ту же ткань, из которой было сшито ваше старое платье. Ваше переделанное платье получится красивее, если вы к нему подберете новую ткань: клетчатую, пеструю или гладкую, лишь бы она подходила по своей фактуре и по расцветке. При покупке новой ткани обязательно берите с собой образец старой ткани. Прежде чем отправиться за покупкой, разложите дома ориентировочно выкройки на бумаге и смерьте приблизительно, сколько вам нужно купить добавки.

Прежде чем раскраивать вновь купленную ткань, ее надо обязательно продекатировать: смочить и продержать в увлажненном состоянии 1—3 часа, слегка высушить и проутюжить, не растягивая, до полного высушивания.

Если вновь купленную ткань предварительно не продекатировать и соединить со старой, уже стиральной, в дальнейшем она даст усадку, и вся вещь после первой же стирки окажется испорченной: талия поднимется, рукава будут узки и коротки и т. д.

На рис. 15 даны платья из двух тканей после переделки.

Таковыми же фасонами можно переделывать старые узкие платья, добавляя и гладкокрашеную ткань.



Рис. 14.



Рис. 15.



Рис. 16.



Рис. 17.

На рис. 16 — платье и блуза, верх которых сделан из кружева или гипюра. Бант можно сделать из бархотки или репсовой ленты, а за неимением их и из основной ткани, но в этом случае его надо укоротить.

Пальто из двух тканей. Если у пальто истерлись борта, нижние половинки и низы рукавов, его можно переделать, используя борта на добавку рукавов, а борта сделать из другой ткани, гладкокрашеной или клетчатой.

На рис. 17 показаны два переделанных пальто, которые совсем не похожи на то, что было раньше, и вынужденная отделка выглядит так, как будто она была специально задумана.

Хорошо отделать другой тканью и низы рукавов или сделать целиком манжеты.

Навесные петли можно сделать из той же ткани, что и борта. Можно сделать из нее и прорезы карманов и вытачные петли. Но делать все детали из другой ткани нет необходимости, это может перегрузить вещь, будет слишком назойливо.

Если остался материал на шапочку, то ее можно сделать также из двух тканей: тулью и верх полей — из основной, а низы полей — из добавляемой на борта и детали.

Переделка с применением трикотажа. При переделке любого изделия, особенно когда не хватает ткани, можно с успехом использовать трикотаж.

Из совсем старых вещей или залежавшихся кусков с добавлением трикотажа можно получить совершенно «новые», изящные, модные вещи. Клубок шерстяных ниток или старая вязаная кофточка, которую можно распустить на нитки, найдутся почти в каждом доме. Вот и попробуем скомбинировать вместе то и другое.

На рис. 18 и 19 даны различные модели: платья, джемперы, свитеры, жакеты. Применение трикотажа преобразило старые платья, и их можно теперь использовать даже как выходные.

Изящно и разнообразно выглядят джемперы и жакеты, скомбинированные из ткани с трикотажем.

Как же трикотаж соединяется с тканью?

В одном случае детали, заранее связанные, пристрачиваются или тщательно приметываются к изделиям. В другом случае их вяжут. Для этого на сгибе ткани делают ряд петель (косичку) из той же нитки, из которой будет связана деталь. Косичку можно делать крючком, а если ткань очень плотная, то толстой иглой. Через каждое звено продевают спицу и в дальнейшем вяжут обычным способом. Следует учесть, что, комбинируя ткань с трикотажем, лучше

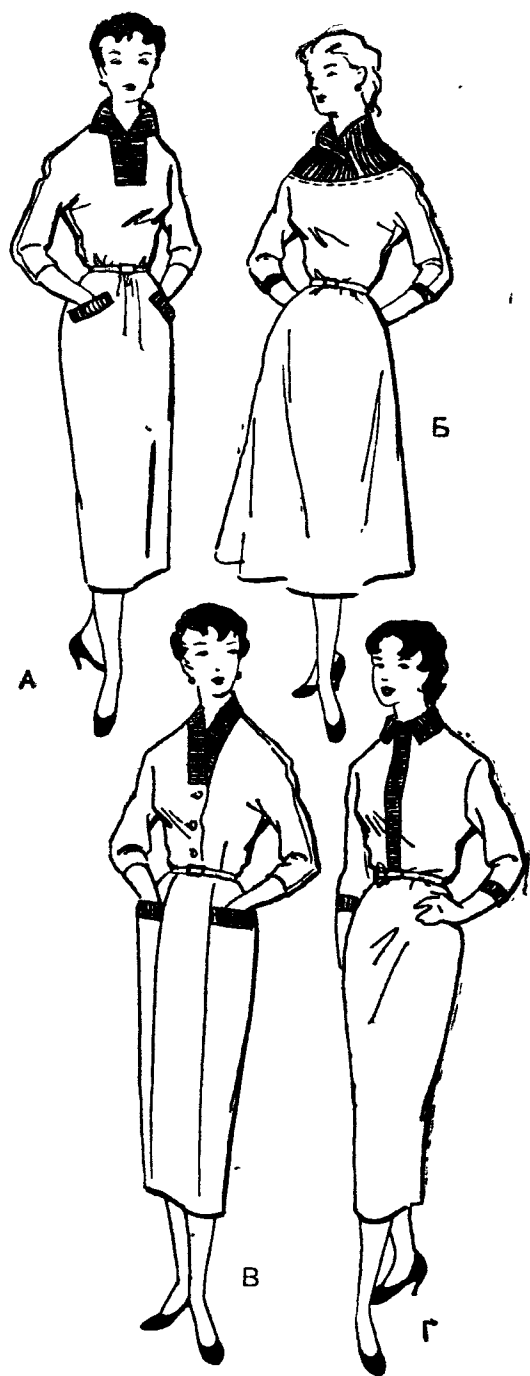


Рис. 18.

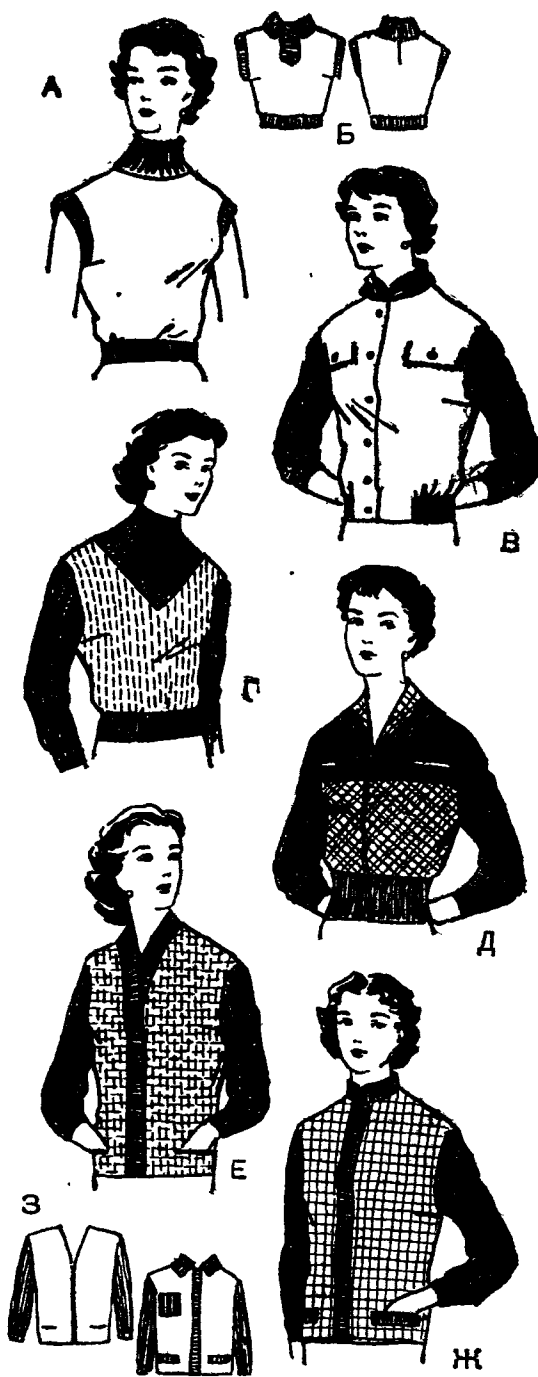


Рис. 19.

применять простые виды вязок — «чулок», «резинка», «косая резинка» или «рябушки». В комбинированных вещах простая вязка всегда выглядит элегантнее. Важно только, чтобы нитки подходили по цвету к ткани и гармонировали с ней по плотности.

На рисунке 18, А и Б даны два платья, к которым связаны новые детали: кокетка с воротником, воротник с планкой, манжеты и карманы.

На рис. 18, В в платье спереди вязана планка, причем часть застежки сохранена, связаны также и планки карманов.

На рис. 18, Г спереди вязаная планка закрыла изношенные и некрасивые петли старого платья. Такая планка может расширить платье, если оно стало узко. Воротник и узенькие манжеты хорошо дополняют платье.

На рис. 19, А дан маленький джемпер, у которого надвязаны низ, проймы и высокий глухой воротник. Основой послужила старая кофточка или просто оставшиеся кусочки ткани.

На рис. 19, Б даны варианты надвязанных деталей: короткая застегивающаяся на две пуговицы планка и отложной воротник.

Комбинированные жакеты и джемперы с новыми вязаными рукавами, частично с вязаной кокеткой, с разнообразными застежками (на пуговицах, на «молнии») даны на рис. 19, В, Г и Д.

На рис. 19, Е, Ж жакет сделан из старой короткой и узкой клетчатой юбки. Материал был очень хороший, красивой расцветки, и жакет получился на славу. Рукава, воротник, стойка и планка, застежки связаны из ниток.

На рис. 19, З даны варианты жакетов. Прорезные карманы можно обвязать или закончить вязаной планкой.

Что можно сделать из мужского костюма. Почти в каждой семье есть старый мужской костюм. Он вышел из моды или настолько износился, что перелицовывать его уже не стоит. Но мужские костюмы шьют обычно из дорогих добротных тканей, и едва ли разумно донашивать такой костюм дома. Лучше и гигиеничнее носить дома хлопчатобумажную куртку или пижаму, которую можно часто стирать. А костюм, даже если низы его брюк превратились в бахрому и вытерлись рукава, еще вполне годится для переделки. В умелых женских руках из него может получиться... Потом увидите что.

Не приходите в отчаяние при виде распоротого пиджака — так много в нем вытачек, прорезных карманов, петель, кажется, что из него уже ничего нельзя сделать. Это не так. Только не забудьте перед стиркой, как об этом уже говорилось выше, тщательно заметать петли (предварительно их распоров) и прорезы карманов, чтобы они не расплзлись.

Что же можно сделать из этих кусков? Если они не очень изношены, то получится хороший женский костюм. На рис. 20 показаны модели, глядя на которые никто не догадается, что они сделаны из старого мужского костюма.

Надо учесть, что не на каждую фигуру можно сделать из брюк юбку. Прежде всего надо срезать обтрепанные низы брюк. Предварительно надо снять мерку объема бедер и измерить ширину брюк в местах, указанных на чертежах 1 и 2 пунктиром (рис. 21). Юбку придется делать четырехшовную (из брюк другой покроя невозможен), но швы юбки можно расположить по-разному.

Первый вариант — юбка, у которой два шва спереди и два сзади (рис. 21, чертеж 1 и рис. 20, А, Ж и З) продолжают передние и задние вытачки. На боках швов нет — только вытачки. При таком решении более широкие полотна брюк пойдут на боковые части юбки (рис. 21, чертеж 1). Оставшиеся от брюк куски можно использовать для расширения юбки внизу, вставив их в швы или в низ переднего или заднего клина в виде складки (см. вариант юбки на чертеже 1).

Второй вариант раскроя показан на рис. 21, чертеж 2 и рис. 20, Б, В, Г. Швы на такой юбке расположены по центру переда и спинки и на боках. В этом случае более широкие части брюк надо ставить на передние половинки юбки. Складки лучше делать только в переднем и заднем швах (см. вариант юбки на чертеже 2).

Помимо юбки, из брюк можно сделать женские брюки (рис. 22), которые сейчас так широко вошли в быт женского костюма.

Их надо перекроить (рис. 22, чертеж 3) — укоротить, сузить, сделать на талии поясок или вставить широкую резинку.

С пиджаком будет больше работы, и если вы решили сделать жакет мужского типа, то придется обрабатывать борта, проложив в них парусину и кромку. Если же с этим

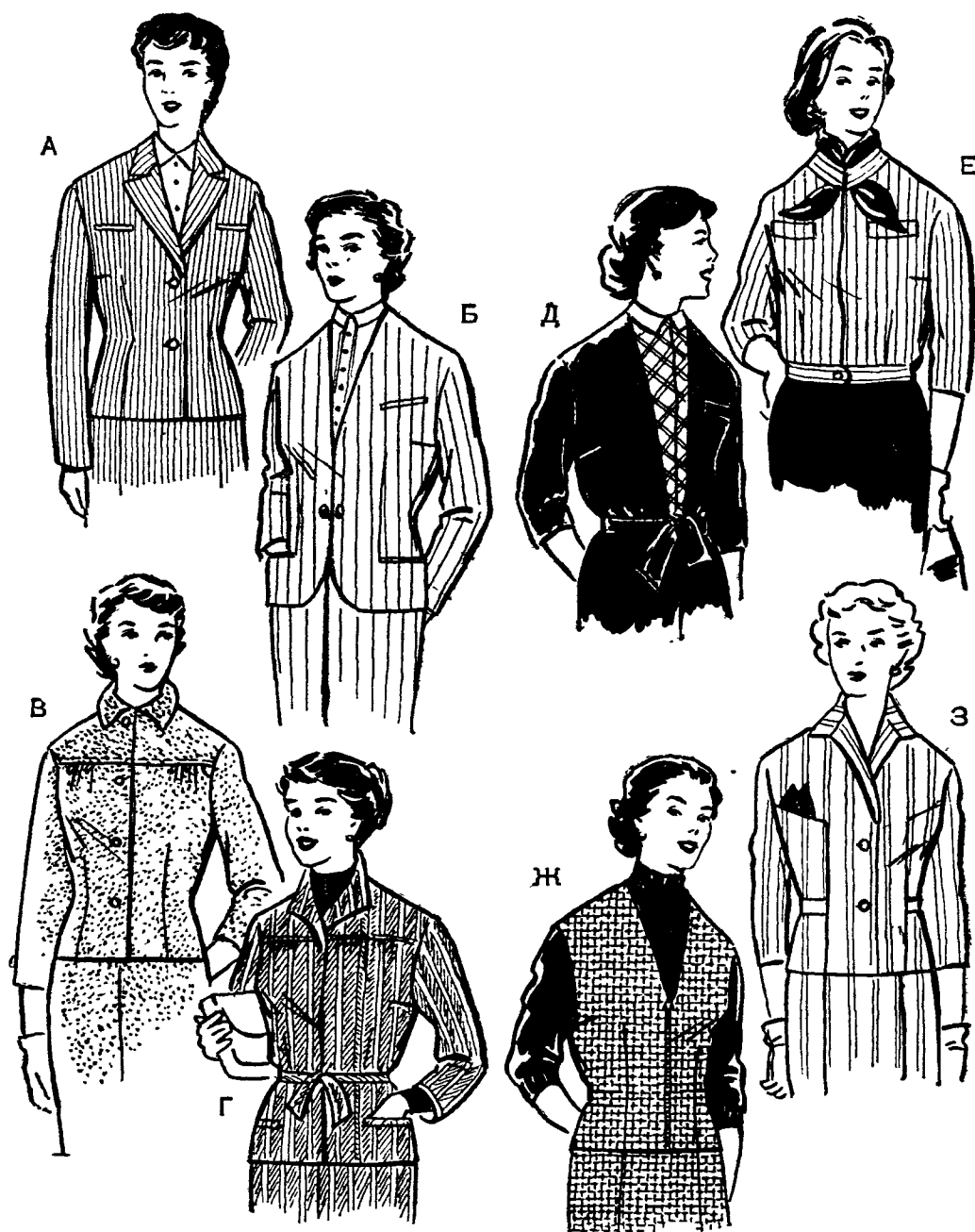


Рис. 20.

вы справиться не в состоянии, то сделайте его более мягким. Укоротите пиджак, закруглите полы (рис. 22, чертеж 4) — это придаст ему легкость.

Можно сделать жакет на кокетке (рис. 20, В, Г), которая скроет верхний прорезной карман и в линии которой сформи-

руется вытачка. При очень коротеньком жакете нижние прорезные карманы при перекраивании можно совсем срезать.

Пояс сделайте мягким, с небольшими завязками.

Если борта у пиджака абсолютно изношены, то сделайте совсем облегченный ко-

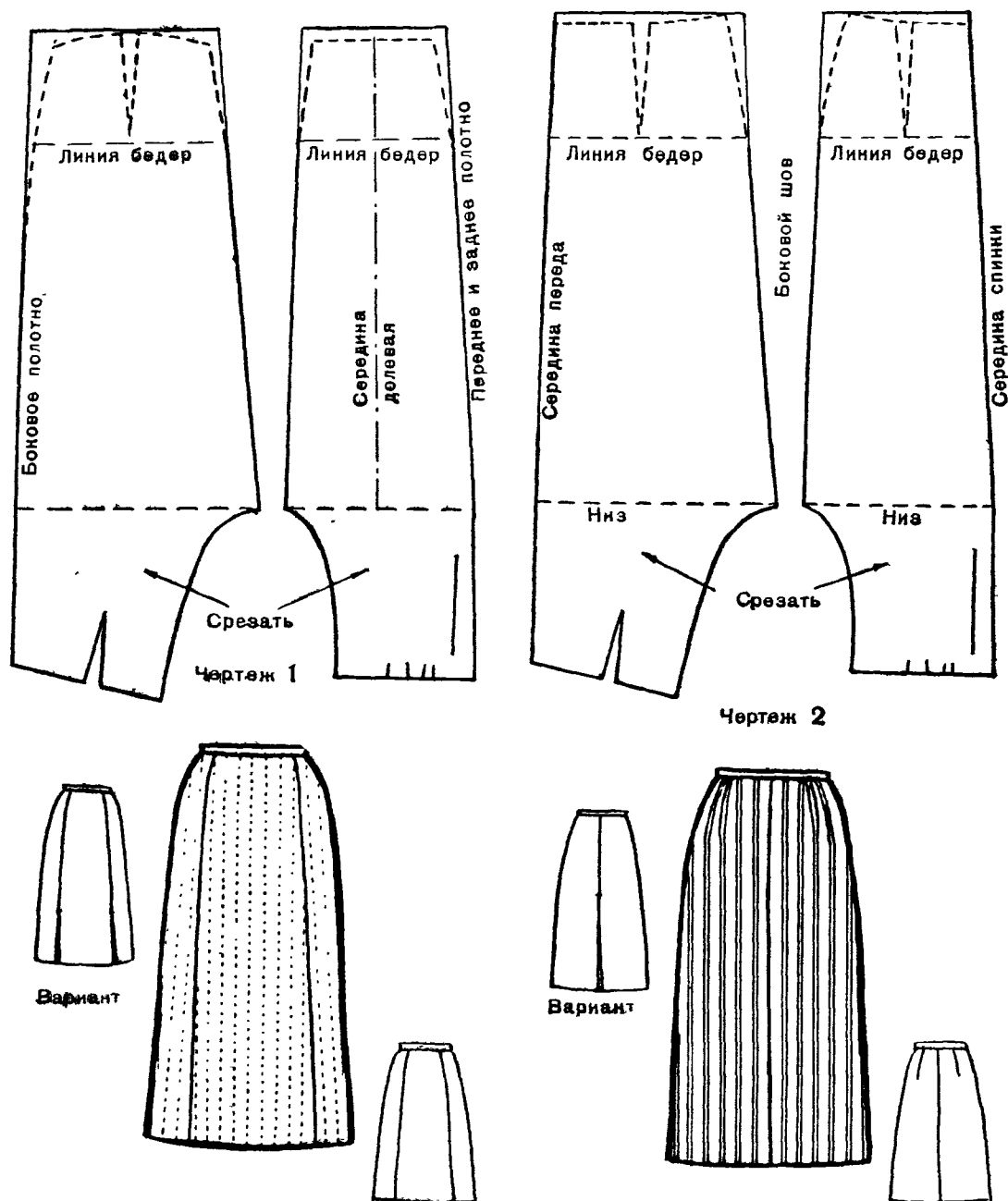


Рис. 21.

стюм без бортов (рис. 20, Б). На рис. 20, Д показан жакет типа блузы с маленьким напуском на талии и легкой завязкой спереди. Такие облегченные костюмы можно носить с глухим джемпером, блузкой или нарядной вставкой из капрона, или кружева.

Можно сделать и платье-костюм (рис. 20, 3). Спереди в жакете делаются отрезные бочка, в линии которых формируется вытачка (рис. 22, чертеж 4, пунктир — —). Спинка сделана, как у платья. Такое платье-костюм очень удобно для работы.

Если у костюма сильно изношены рука-

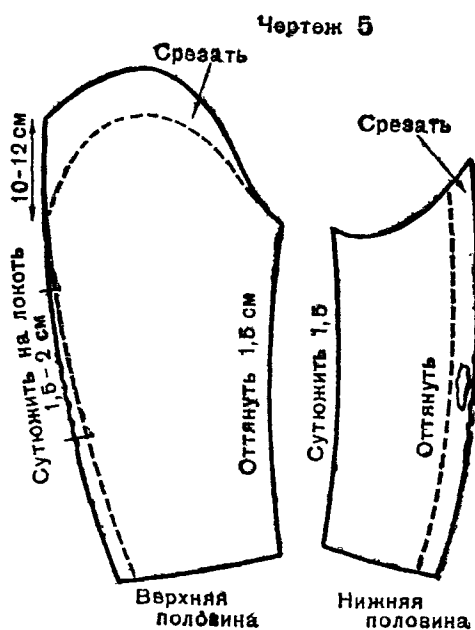
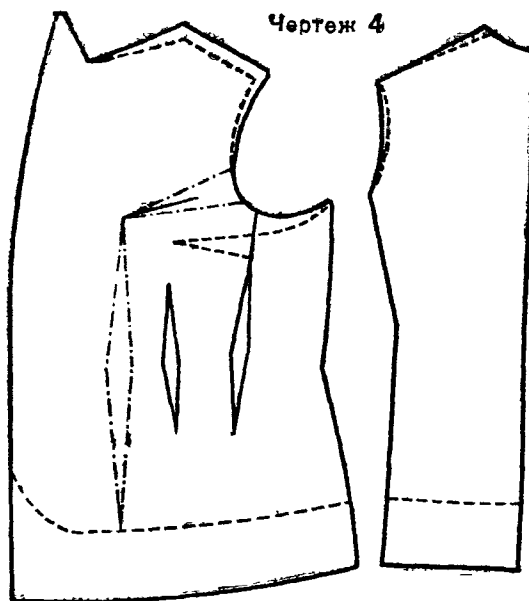
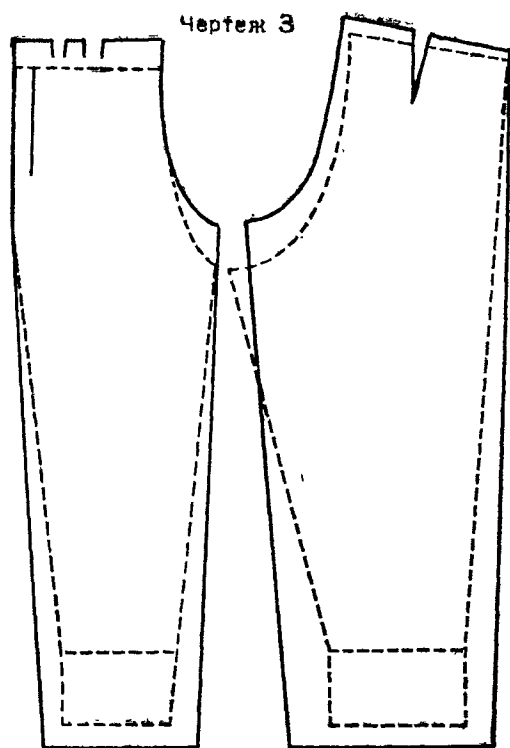


Рис. 22.

ва, сделайте из него юбку с жилетом (рис. 20, Ж). Спереди жилет можно сделать на «молнии» или на пуговицах. Сзади сделан большой напуск и завязан пояс. Такой жилет можно носить с различными вязаными свитерами и блузками.

Если брюки совсем негодны и остался только пиджак, то из него можно сделать блузу-джерпер (рис. 20, Е).

Спереди джерпер совсем глухой. Застежку можно сделать потайную или на «молнии», и носить его совсем без блузки,

только с идущим к лицу шарфиком и различными юбками.

В каждой модели, будь то жакет, платье, джемпер, жилет, надо сделать вытачку, которую лучше сформировать под проймой (рис. 22, чертеж 4); а если позволит ширина плеча, то от плеча.

Рукава надо перекроить, сузить их и укоротить. В верхней половине рукава надо изменить форму оката, срезав сверху большой кусок и с локтевой части (рис. 22, чертеж 5), постепенно дойдя до переднего шва, который останется без изменения. Обычно в пиджаке пронашивается рукав в его нижней половине, у шва, и частично в верхней, в локтевом шве. Эти части надо срезать. По линии передних швов как в верхней, так и в нижней половине можно сохранить прежние контуры.

Но мало перекроить рукав, его надо еще сформировать. Передний срез верхней половины слегка оттягивают утюгом на 1,5 см, что создает перекал рукава. Соответственный срез нижней половины надо сутюжить. По линии локтевого шва в верхней половине рукава надо сделать припосадку (сутюжку) на 1,5—2 см для свободы сгибания локтя. Соответственно оттяните утюгом на 1,5 см срез нижней половины. Места сутюжки и оттяжки показаны на рис. 22, чертеж 5. Только после такой обработки рукав будет удобен в носке и примет нужную, красивую форму.

Цвет мужского костюма чаще всего темный. Поэтому любую вещь, которую вы из него сделаете, надо оживить ярким шарфиком, джемпером или блузкой.

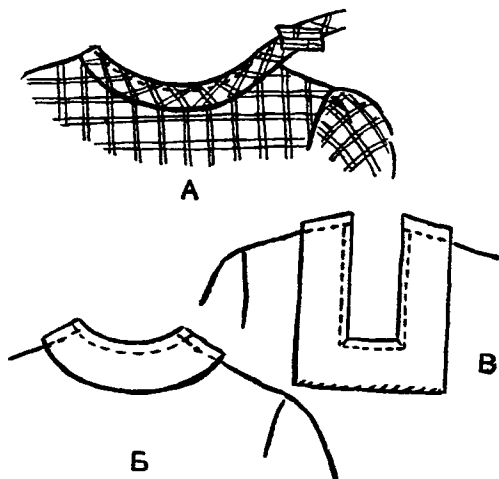


Рис. 23.

ИЗМЕНЕНИЕ СТАНДАРТНЫХ ВЕЩЕЙ

В продажу поступает множество изделий массового производства.

Если это пальто, костюм или блузка, то их можно носить с различными дополнительными частями одежды: пальто — с кашне, шляпой, шапочкой, костюм — с блузкой, джемпером, шарфиком. Все это делает вещи менее стандартными. Они выглядят в каждом отдельном случае немного иначе.

В платье стандартность наиболее ощутима. Вы только что купили себе новое платье. Оно вам очень нравится. Но в первый же день вы увидели точно такое же на своей сослуживице, а потом еще на нескольких женщинах в театре, на стадионе или просто на улице. И вам уже не хочется больше надевать только что купленную вещь. А ведь ваше платье без особых затрат можно немного видоизменить. И оно снова будет доставлять вам удовольствие.

Можно, скажем, заменить пуговицы или снять их совсем (если нет петель).

Можно у платья укоротить рукава, снять или, наоборот, добавить манжеты и шарфик.

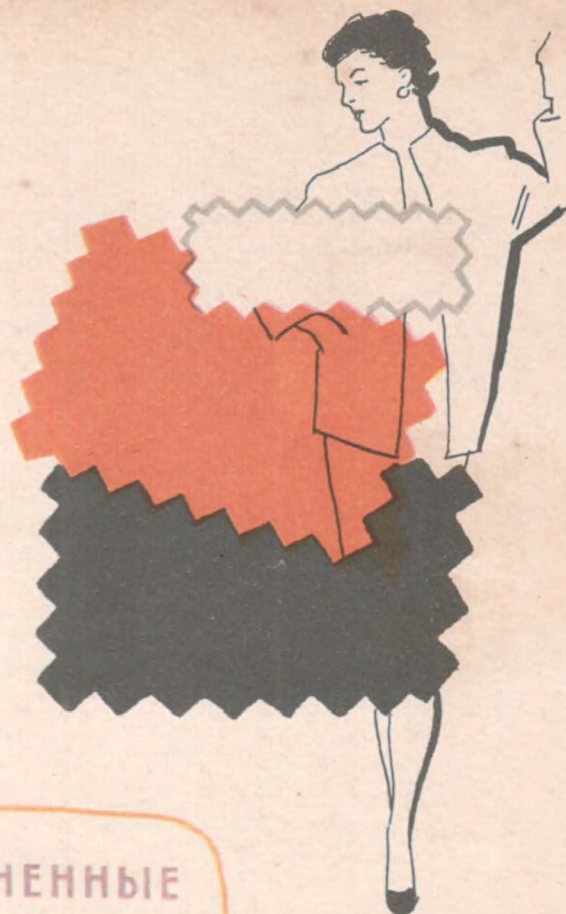
Новая линия выреза горловины поможет в какой-то мере придать платью новый вид. Если воротник был глухой, сделайте его открытым или дополните его новыми деталями: воротником в сочетании с манжетами из другой ткани — пике, капрона, жоржета, поплина, полотна (рис. 23). Если имеющиеся у вас кусочки совсем небольшие, то сделайте из них окантовку на воротнике и манжетах.

К летнему платью можно сделать большой овальной формы вырез, отделав его косой бейкой, заканчивающейся бантом.

Так как формы вырезов бывают самые различные, то и заделывают горловину по-разному.

Если вырез круглый или овальный, то лучше применять косые полоски ткани, выкроенные с правильным косым направлением под углом 45°. Ткань надо сложить косынкой и выкраивать полоску требуемой длины, избегая по возможности лишних перетачек (рис. 23, А и Б).

Если вырез каре или удлиненной формы, то его можно заделывать выкроенными по форме выреза кусками ткани (рис. 23, В). И в том и другом случае косую полосу или выкроенные куски приметывают



РАСПРОСТРАНЕННЫЕ
СОЧЕТАНИЯ ЦВЕТОВ
СОВРЕМЕННОЙ
ЖЕНСКОЙ ОДЕЖДЫ





Рис. XVII. Наиболее распространенные цветовые сочетания в современной верхней женской одежде и аксессуарах.



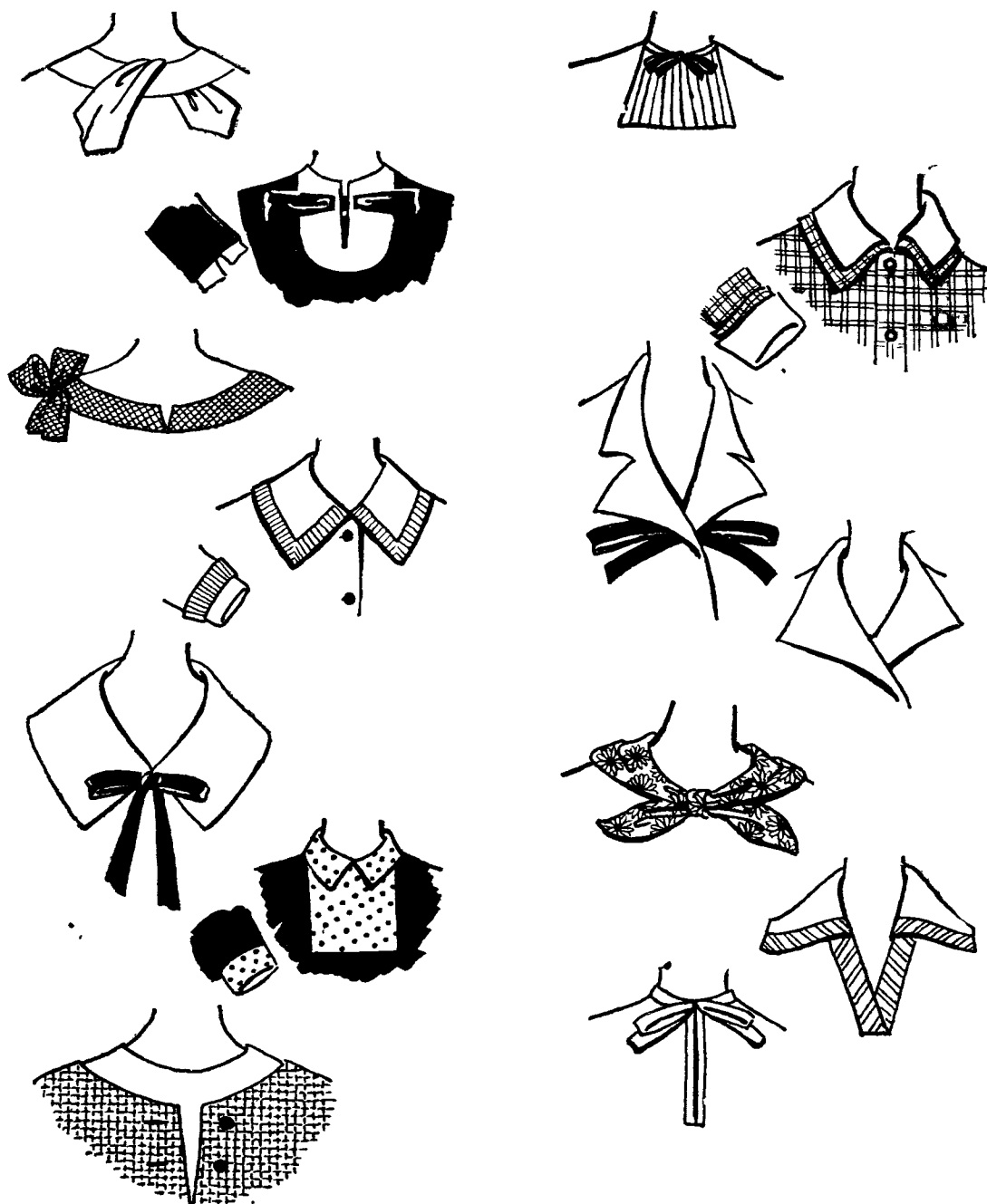


Рис. 24.

к краю выреза (лицом к лицу), слегка припосаживая вырез, чтобы он не растянулся. Перед и спинку выправляют отдельно, сохраняя точно форму выреза и положение долевой нити. В очень растяжимых тканях можно дополнительно проложить по линии

горловины кромку или прямичок. Все это прострачивается на машине на 0,5 см. Вывернув, прометывают сгиб края, чтобы полоска не была видна; проутюживают утюгом, чтобы придать вырезу четкую форму. С изнанки полоску обметывают или

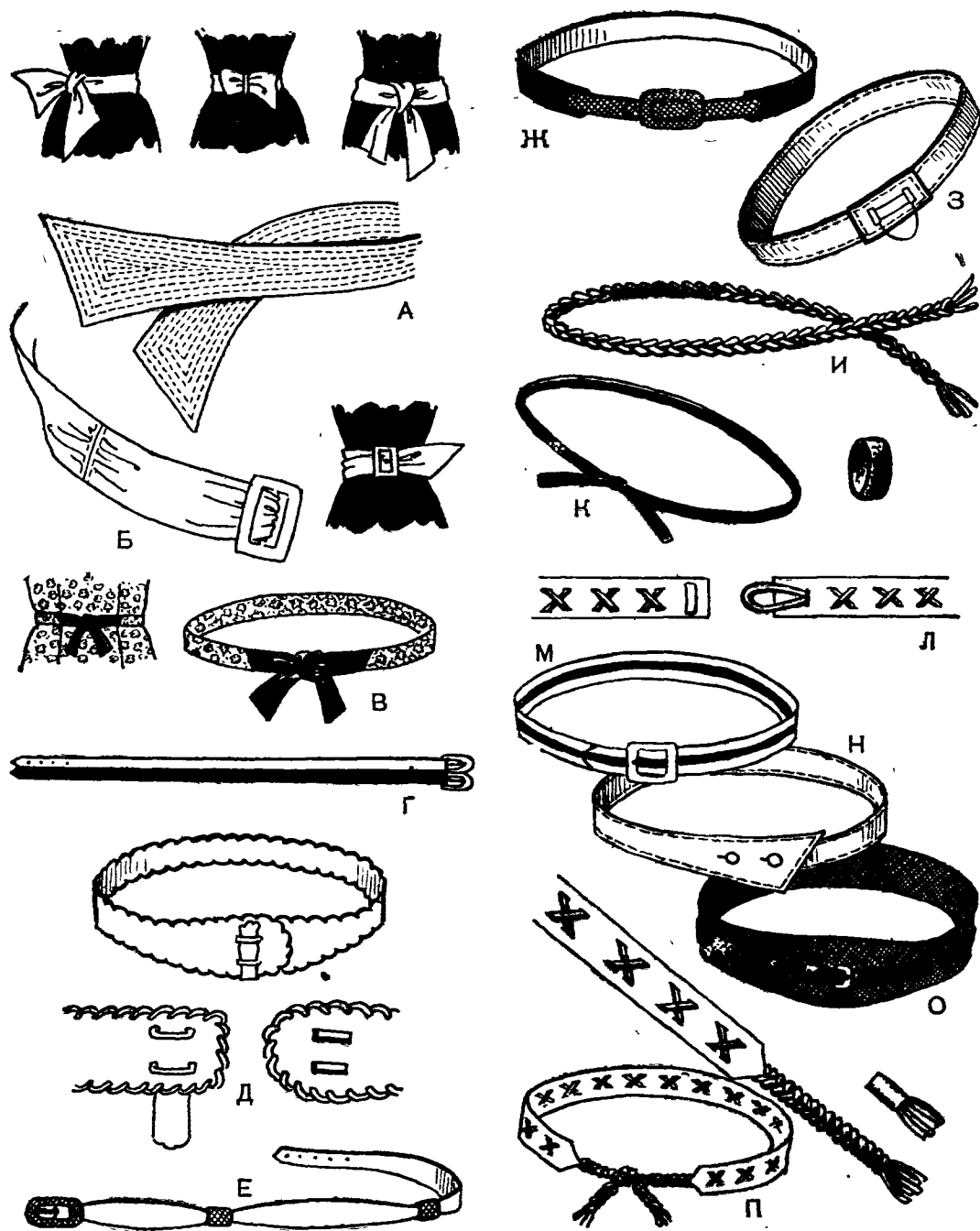


Рис. 25.

загибают, прострачивают в край на машине и прикрепляют незаметными стежками, едва захватывая нити лифа и не затягивая нитку. Можно прикреплять с перерывами.

На рис. 24 даны различные воротники,

вставки, манжеты, которые помогут вам изменить вид вашего платья.

Из ткани в горошек можно сделать вставку с воротничком и маленькие манжеты, выпущенные из-под рукава. К тем-

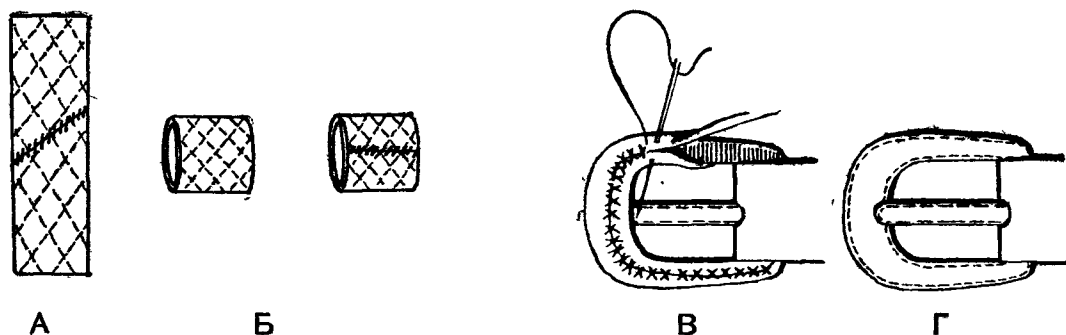


Рис. 26.

ному гладкому платью можно сделать вставку из пике или полотна с петлями для банта. Манжеты сделайте с просветом и выпустите внизу рукава.

Видоизменить платье поможет вам также пояс, который является одной из важнейших частей одежды и зачастую единственной ее отделкой.

Самое скромное платье будет выглядеть значительно элегантнее, если к нему сделать нешаблонный, оригинальный пояс.

Пояс, небрежно сделанный, застегивающийся на крючок, кнопку или невзрачную пуговицу, часто выглядит настолько убого, что портит общий вид.

На рис. 25 даны пояса, которые можно сделать самой.

На рис. 25, А пояс сделан из плотной ткани: муара, тафты или поплина. Его можно выстрочить. Такой пояс можно носить к нарядному платью на талии, выше или ниже талии.

На рис. 25, Б дан драпированный пояс. Его можно сделать из кусочков мягкой ткани (крепа, вуали и т. д.). На соединениях такой пояс присборен и по сборкам прострочен. Весь пояс кладется на плотную ткань. Пряжка обтягивается материей.

Если платье сшито из ткани с рисунком, то пояс можно делать гладким.

На полную фигуру рекомендуется делать комбинированные пояса (рис. 25, В). Они как бы сужают талию.

На рис. 25, Ж часть пояса спереди сделана из клетчатой ткани, а весь пояс гладкокрашенный.

Пояса можно делать из куска замши, фетра, бархата, из шнура, соломки, тесьмы. Если нет куска кожи или замши, можно использовать старую фетровую шляпу (как мужскую, так и женскую). Надо срезать поля и куски фетра хорошо распарить над чайником или кастрюлей, затем, растягивая,

утюжить в сыром виде через кусок полотняной ткани.

Если по длине фетра не хватит, то его надо незаметно соштовать с изнанки (рис. 26, А) так, чтобы соединения пришлось на самых незаметных местах. Вытянутые под утюгом куски фетра точно обмеловывают на требуемую ширину и срезают острым ножом или ножницами. Затем начинается отделка. Пояс можно с помощью толстой иглы обметывать шнуром, тесьмой или узкой полоской кожи (рис. 25, Д, Л и П). Можно также прострочить фигурной строчкой на машине.

На рис. 25, Г показан пояс, состоящий из двух разноцветных узеньких полосочек, соединенных вместе. Их можно настрочить на корсажную ленту.

На рис. 25, Е пояс сделан из кусочков замши, кожи или фетра. В местах соединения нашиты обтянутые клетчатой тканью колечки. Пряжка обтянута той же тканью.

На рис. 25, И пояс сплетен косичкой. Для косички можно применить вывороченные рулики ткани, соломку, шнур.

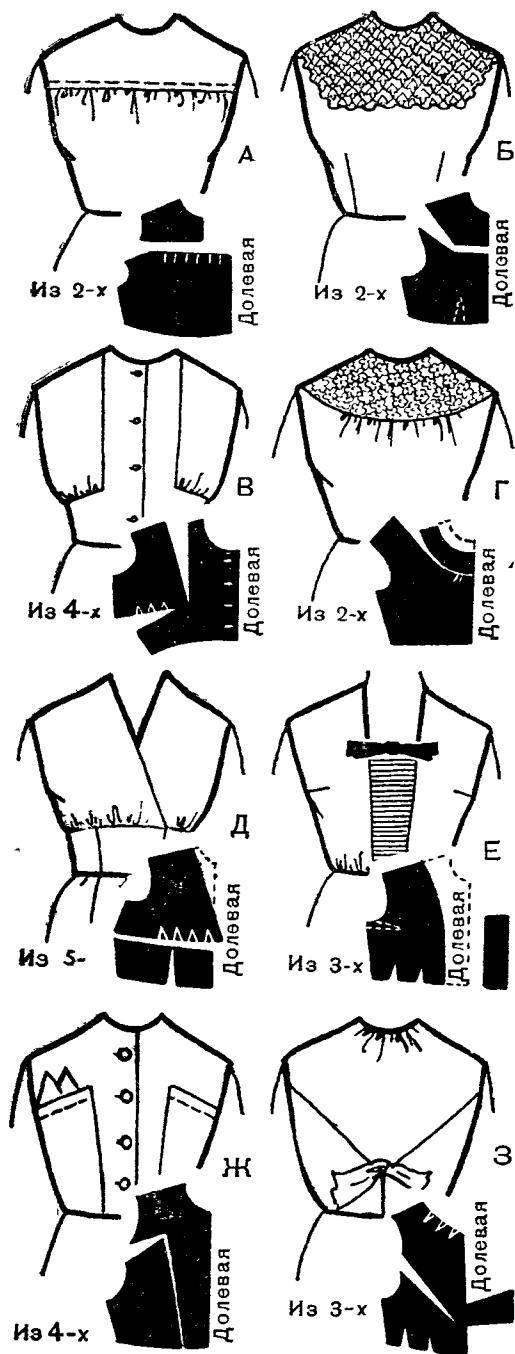
На рис. 25, К пояс сделан из бархата, внутри прокладывается плотная ткань с двумя свободными концами, закрепленными круглым кольцом.

На рис. 26, Б показано кольцо из замши или фетра, простроченное для плотности на машине и соштованное с изнанки. Такое кольцо можно применять вместо пряжки, делая пояс, как на рис. 25, К.

На рис. 26, В показано, как надо обтянуть пряжку, а на рис. 26, Г пряжка сделана из фетра, двойная, с проложенной внутри ватой и простроченными на машине краями.

Разные советы при переделке. Часто при перекраивании обнаруживается, что лиф, юбка, рукава коротки, узки, не хватает сверху, внизу, в боках. Приходится состав-

Перед лифа



Спинка лифа

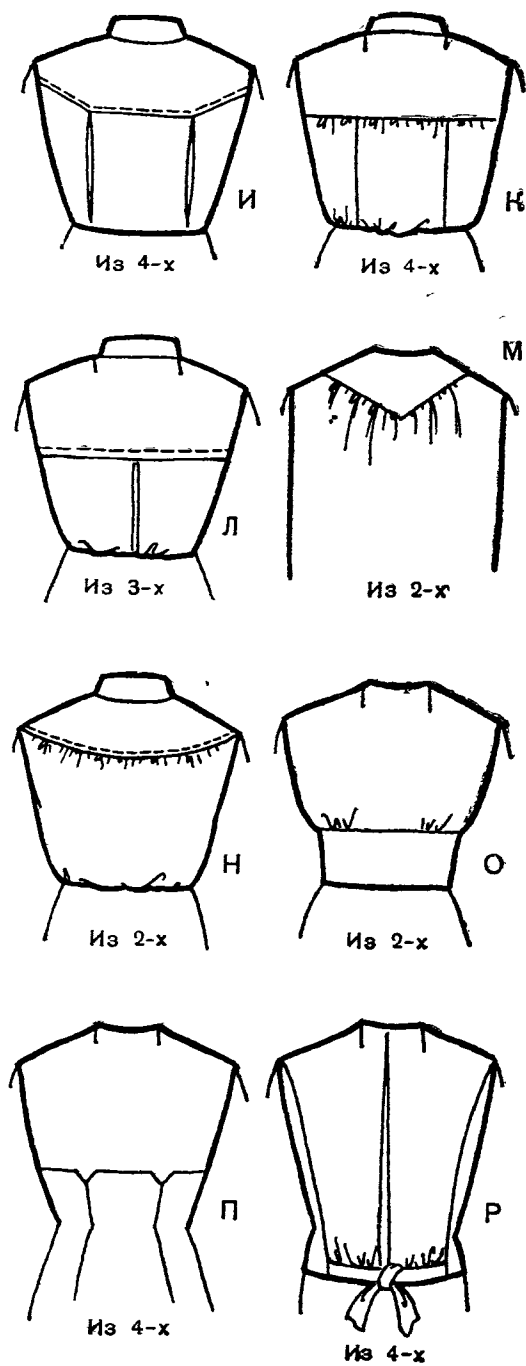


Рис. 27.

лять детали платья из кусочков. Но делать это надо с таким расчетом, чтобы добавки не выглядели заплатами.

При составлении лифа, юбки, рукава из кусков прежде всего надо сохранять одно и то же долевое направление нитей ткани¹, так как при стачивании долевого направления с поперечным часто шов не лежит как следует. Кроме того, поперечное направление иногда отличается от долевого цветом — отсвечивает. Немаловажное значение имеет то обстоятельство, что по долевой нити ткань обычно не растягивается, а если растягивается, то незначительно; по поперечной нити ткань растягивается сильнее. Поэтому лучше сделать две перетачки с долевым направлением, чем одну той же величины с поперечным.

На рис. 27 даны лифы, собранные из 2, 3, 4 и 5 частей.

Кокетки спереди и сзади всегда хороши как для блузы, так и для платья (рис. 27, А, Б, Г, И, К, Л, Н). Кокетки можно сделать и в верхней вещи (рис. 27, М).

При прилегающей форме лифа можно делать по талии корсажики, которые тоже составляются из кусочков (рис. 27, Д, О, П). Иногда удобнее и выгоднее добавлять боковые части лифа (рис. 27, В, Ж, З, И, Р).

Составляя из кусочков лиф, нельзя забывать о том, что ему нужно придать определенную форму в соответствии со строением и особенностями женской фигуры.

Особенностью переда лифа являются грудные вытачки, величина или раствор которых зависят от строения фигуры.

Для облегчения вашей работы к каждому переду лифа даны раскрой-выкройки. На них показаны места вытачек, сборок, которые при стачивании кусочков создадут нужную форму. На раскроях показаны также направления долевых нитей ткани. Имейте в виду, что самое небольшое отклонение в направлении нитей повлечет за собой целый ряд неполадок: раствор вытачки изменится, и лиф будет плохо сидеть на фигуре, тянуть, морщить.

На рис. 28, А, Б, В показаны юбки, которые были коротки и их удлиннили внизу широкой бейкой, застегивающейся на пуговицы (рис. 28, А, В), тремя бейками с узенькой в середине (рис. 28, Б). А если больших

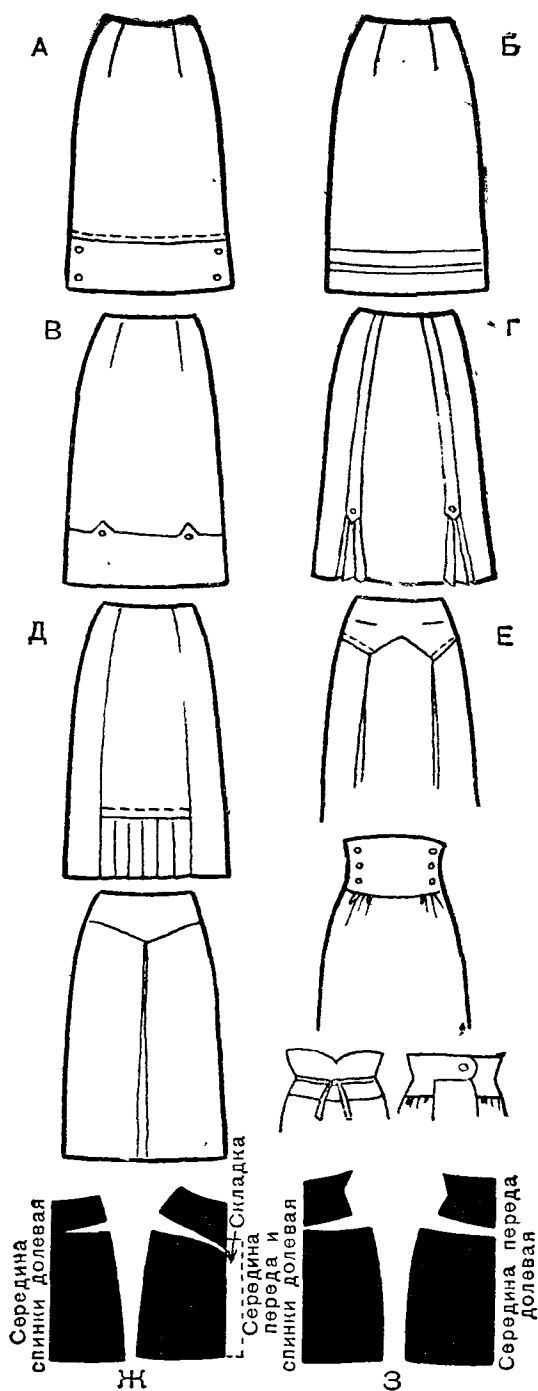


Рис. 28.

кусков нет, то юбку можно удлинить вверху у талии, сделав к ней кокетку (рис. 28, Е, Ж) или корсажик, застегивающийся на пуговицы или завязывающийся спереди пояском (рис. 28, З).

Если юбка узка, то вставьте в нее две

¹ Ткань состоит из двух взаимопереплетающихся нитей: долевой, идущей вдоль кромки, и поперечной, идущей в поперечном направлении.

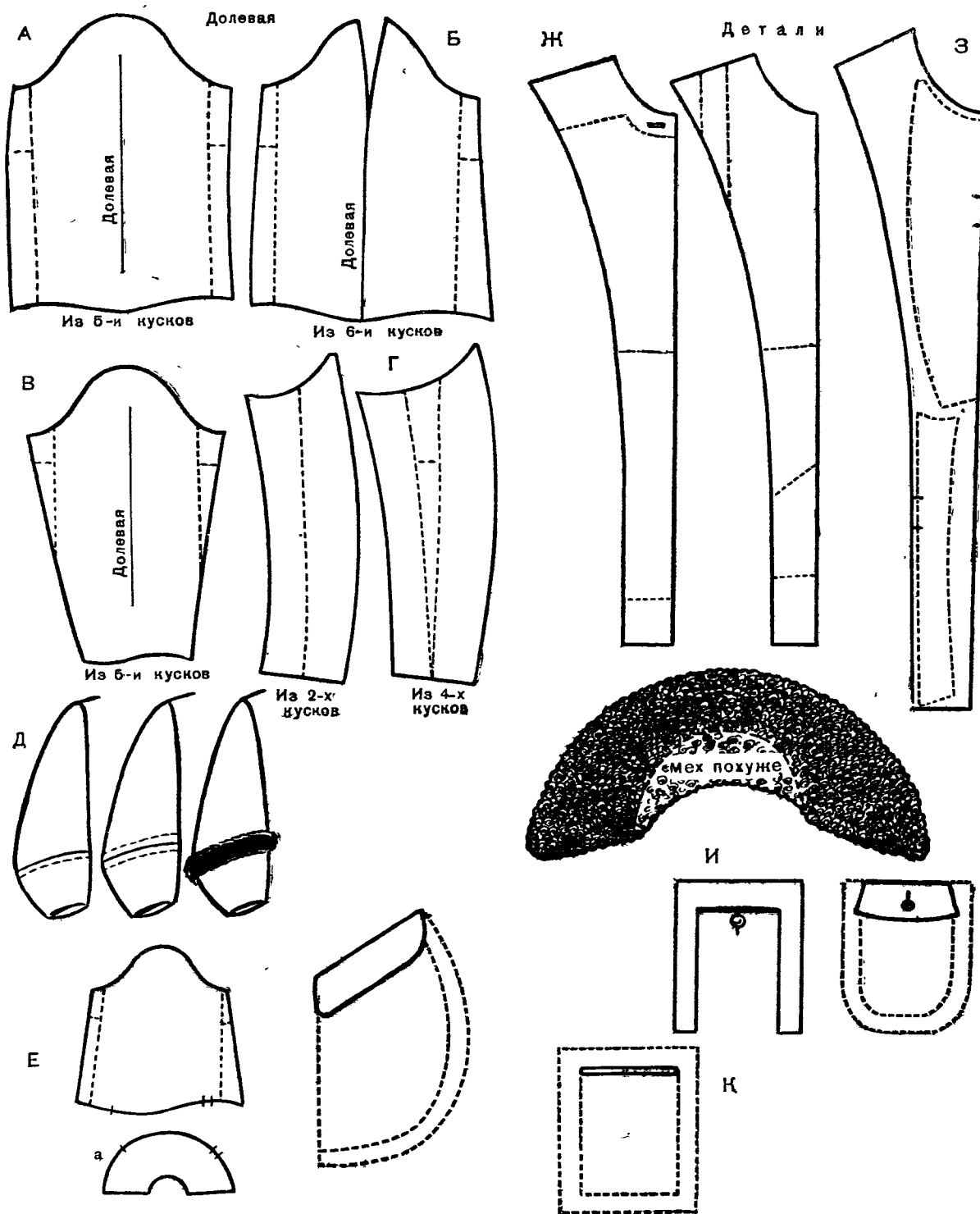


Рис. 29.

узкие полоски, заканчивающиеся клиньями, заложенными складками, и соедините планку с клиньями петлей и пуговицей (рис. 28, Г).

Если вы хорошо, тщательно стачаете соединительный шов, наутюжите его утюгом и придадите ему определенный декоративный вид (прострочите, где это уместно, декоративной строчкой), не исключено, что ваша подружка захочет сшить себе блузочку, юбку или платье из совершенно новой ткани точно таким же фасоном.

На рис. 29, А, Б, В даны различные формы одношовных рукавов с добавками. Добавки надо делать с таким расчетом, чтобы они были абсолютно невидны, и если сделать, как указано на рисунках, то это будет достигнуто. Если двухшовный рукав узок, то расширять надо только нижнюю половинку, разрезав ее посередине (рис. 29, Г), и вшить требуемый по ширине клин. Передний и задний швы рукава стачиваются, как были прежде, и клин не будет замечен. Можно вставлять клин, не распарывая старых швов рукава.

Если нижняя половинка рукава изношена, можно составлять ее из двух частей, используя для этого подборт (рис. 29, З).

В случае, если рукав короток, можно его

удлинить, как показано на рис. 29, Д. Соединяя две части рукава, надо придать соединительному шву декоративность: настроить его в виде складки или расстрочить широкой строчкой, предварительно разутюжив его на две стороны. Шов можно совсем закрыть меховой опушкой.

Раскрой рукавов, изображенных на рис. 29, Д, дан на рис. 29, Е.

Если подборт надо перекроить и петли, которые были на нем, не нужны, надо сделать так, как указано на рис. 29, Ж, допускающая целый ряд штукоек.

На рис. 29, З показано, как из подборта выкроить нижнюю половину двухшовного рукава, составленную из двух частей.

На рис. 29, И показан экономичный раскрой мехового воротника. Истертые, худшие куски меха пускаются к горловине. При носке на фигуре эти места совсем незаметны.

Чтобы создать впечатление большого кармана, подложите плотный материал вниз, примечите его к клапану и прострочите двойной строчкой на машине. Такой карман придаст пальто новый вид.

Различные варианты карманов, которые скроют изношенные прорезы старых карманов, даны на рис. 29, К.

ИЗ НОВОЙ ТКАНИ

Теперь попробуем заняться шитьем из новой ткани. Приступая к этому, надо помнить, что каждый новый этап моды характерен не только новыми линиями, силуэтом и кроем, но и появлением новых видов тканей, которые играют очень большую роль, усиливают, подчеркивают, по-новому решают формы одежды.

Любой самый красивый фасон платья или пальто может потерять вид, если он будет выполнен из немодной ткани. Это часто не учитывается, и многие женщины и сейчас еще продолжают мечтать о бостоне, шевиноте, панбархате, крепдешине — тканях, давно вышедших из моды.

Разнообразие тканей не ограничивается только их внешними качествами (цвет, рисунок), они имеют еще различные свойства, которые не менее важны. Ткани могут быть мягкими или жесткими, упругими, плотными или рыхлыми. Поверхность их может быть матовой или блестящей, гладкой, пушистой или шероховатой.

Помимо того, ткани обладают способностью драпироваться, красиво и мягко ложиться или, наоборот, торчать и топорщиться.

Из хорошо драпирующихся тканей можно делать и широкие, свободные изделия и узкие, прилегающие к фигуре. Из жестких тканей узкие изделия сделать труднее, зато они прекрасно держат форму широких пышных юбок, рукавов, бантов.

Если фасон пальто или платья построен на мягких драпировках, то и ткань должна быть мягкой, эластичной, должна обладать способностью драпироваться.

Если ткань не обладает пластичностью, не слушается, не драпируется, надо выбирать фасон, построенный на более строгих линиях.

Помимо этих свойств, ткань имеет еще «скрытые» свойства, которые не менее важны, чем и внешние.

Многие ткани обладают значительным процентом усадки, и платья, сшитые без

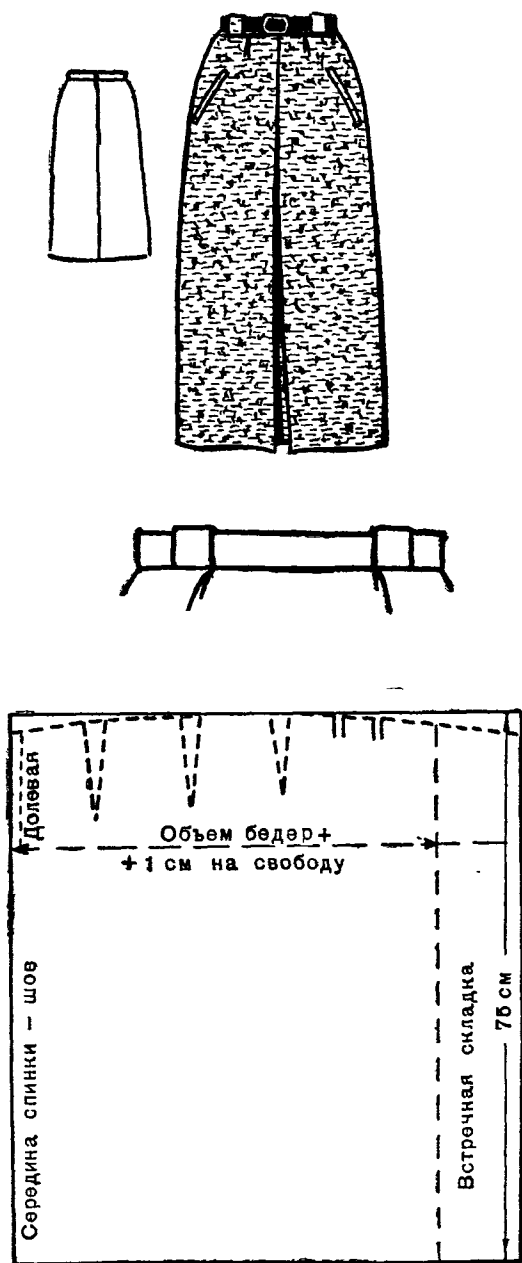


Рис. 30.

предварительной обработки паром (декатировки), после первой же стирки теряют вид. В основном это относится к различным видам крепа, эпонжа, штапельного полотна. Такие ткани, как тафта, муар, репс, бархат, декатировать не следует.

Ряд тканей из натуральных и искусственных волокон обладает большой сыпучестью. К таким тканям относятся различные

виды маркизета, букле, твил, эпонж, плетенка, вуаль, вискозное пиже, капрон. Применяя эти ткани, не следует делать подрезы, ластовицы в цельнокроеных рукавах, прорезные петли, мелкие детали, так как в процессе носки и особенно при стирке они расползаются.

В прозрачных тканях — жоржет, шифон, капрон, перлон — не делайте много швов, так как они некрасиво «просвечивают».

Мнушаяся ткань не применяется в слишком узких, обтягивающих фигуру юбках и длинных рукавах. В лифах сминаемость ткани менее заметна.

Некоторые виды тканей из искусственных волокон под действием тепла (горячий утюг) сжимаются, меняют окраску, а иногда и совсем распадаются (капрон, нейлон и др.). Значит, нужно осторожно пользоваться утюгом.

Некоторые ткани (с ворсом и начесом) оставляют после обработки и утюжки следы от утюга, которые почти не поддаются уничтожению (нельзя отпарить), такие ткани рекомендуется проглаживать на подложной бобриковой ткани (лицом к лицу) или на мягкой щетке.

Если ткань обладает большой растяжимостью, то, применяя ее при косом расположении, следует это учитывать особенно при пошивке юбок-клеш (подробно об этом сказано ниже).

Отсюда ясно, что для удачного выполнения модели необходимо, помимо удачно найденных цвета, линий, силуэта, правильно подбирать ткань, учитывая все ее свойства.

ЮБКИ

Юбка с блузкой — широко распространенный, красивый и удобный костюм девушки и молодой женщины.

Фасоны юбок очень разнообразны, но в основном их можно разделить на четыре вида: прямые, расширенные книзу (состоящие из клиньев), различные виды юбок-клеш и суживающиеся книзу в виде «бочонка». Ниже вы можете познакомиться с вариантами таких юбок.

На рис. 30 показана модель и раскрой прямой юбки спортивного типа, с глубокой встречной складкой спереди и с одним швом сзади. На талии — три вытачки. Передние вытачки оформлены в виде мягких защипов. Жесткий пояс сделан с бретками.

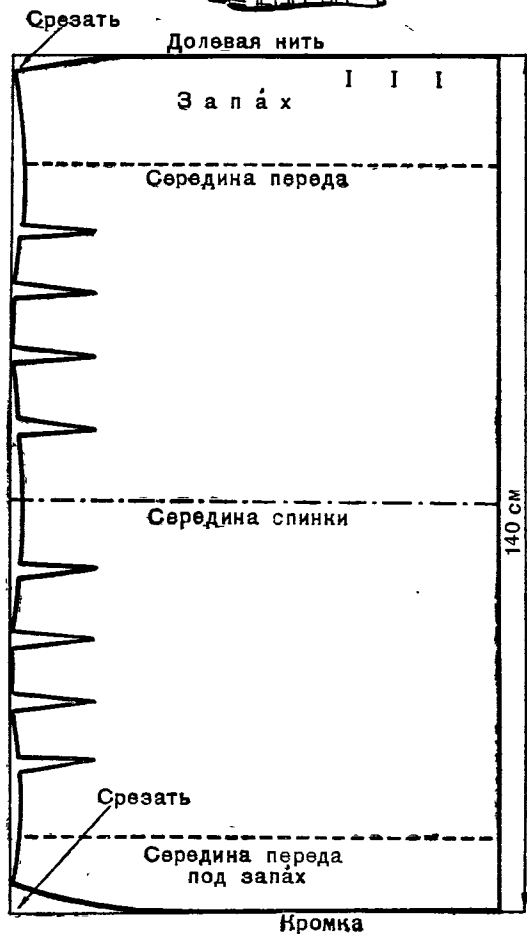
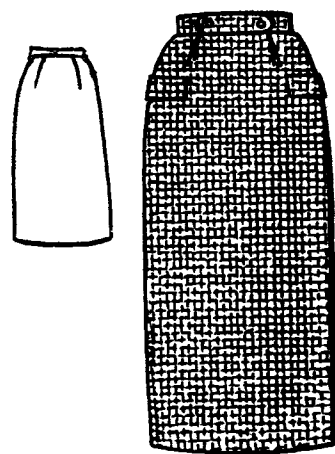
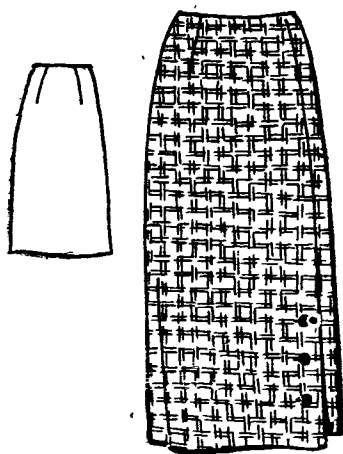


Рис. 31.

На рис. 31 — модель прямой юбки с запахом спереди на левом боку. Запах может быть сзади. Швов нет. Юбка выкраивается из полотнища шириной не менее 140 см.

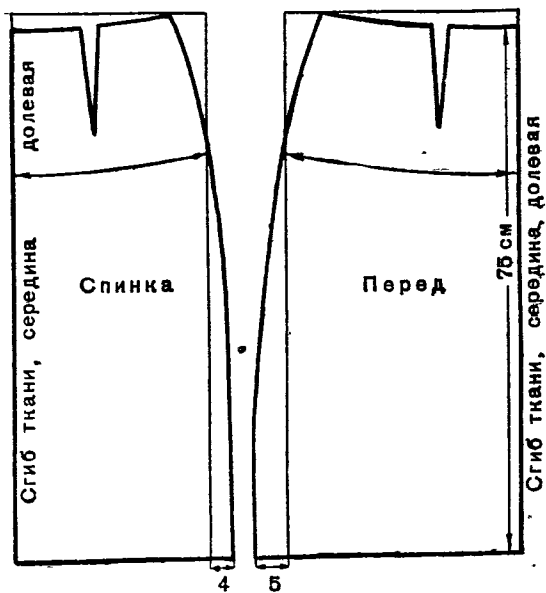


Рис. 32.

Спереди и сзади по линии запаха вверх небольшая часть ткани срезается (см. стрелки на чертеже), чтобы дать линии запаха правильное направление. Если этого не сделать, юбка будет распахиваться и плохо лежать.

На рис. 32 дана модель прямой двухшовной юбки. Внизу по линии боковых швов делаются небольшие раскосы. Причем в переднем полотне раскос на 1—2 см больше, для свободы шага. Большие раскосы в боковых швах делать не рекомен-

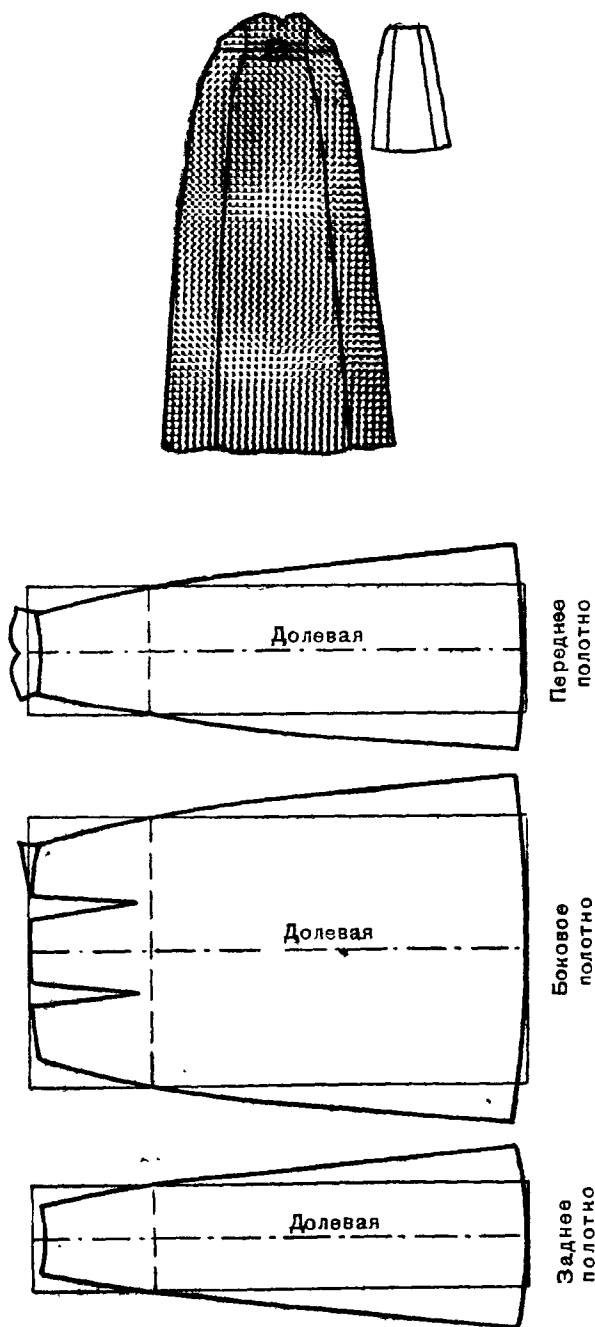


Рис. 33.

дуются. Передние вытачки оформлены в виде мягких защипов. Эти юбки хороши для костюмов строгой формы.

На рис. 33 дана модель четырехшовной юбки с корсажиком и поясочком из той же ткани. Передние и задние клинья кро-

ются почти равномерной ширины, Передние немного пошире, а боковые значительно шире, так как на боках нет швов.

В боковых полотнах рекомендуется делать по две вытачки.

На рис. 34 изображены модели широких четырехшовных юбок, со сборками по талии в боковых полотнищах. В этих моделях полотна юбки кроются соответственно шире в зависимости от количества сборок. Вытачки заменены сборками. Юбка с широкой присборенной оборкой по бокам из ситцевых пестрых тканей хороша для лета.

На рис. 35 даны модели многошовных юбок. Юбка на модели А состоит из 8 клиньев (объем талии, деленный на 8), вверху 9 см, а внизу 25—30 см. Все швы и низ юбки расстрочены декоративной строчкой. Спереди — планка, по линии которой сквозная донизу застежка. По линии шва перед и низа юбки с изнанки следует проложить под шов плотную ткань и строчить вместе с тканью, что придает юбке красивую форму.

Модель Б состоит из 8, 9 или 10 клиньев. Ширина клина зависит от количества и ширины ткани. Чем больше раскосить клин книзу, тем юбка будет шире. Можно брать соотношение верха и низа клина 1:2,5, 1:3. Раскосы в клиньях должны быть равномерными с обеих сторон шва.

Такую юбку проглаживают в центре каждого клина от линии бедер донизу «на ребро», по типу мужских брюк. А стаченные швы проглаживают «на ребро» внутрь.

На модели В юбка тоже состоит из клиньев.

Во всех этих юбках вытачек нет, так как они совмещаются со швами. При раскрое многошовных юбок надо следить за тем, чтобы количество клиньев: точно рассчитывалось по мерке талии и все клинья были бы одинаковыми. Долевая нить должна проходить точно по центру клина. Клиньюе многошовные юбки шьются как из гладкокрашеной ткани, так и из ткани в рисунок. Однако экономичная раскладка полотен юбки возможна только на гладкокрашеной ткани без ворса или на ткани с нейтральным рисунком, то есть не имеющим одностороннего направления.

Теперь займемся юбками-клеш. Характерная особенность юбки-клеш — отсутствие вытачек по талии и ее расширение книзу в виде нарастающих фалд. Распо-

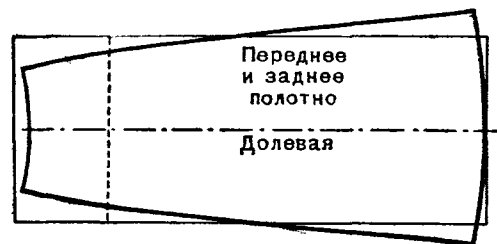
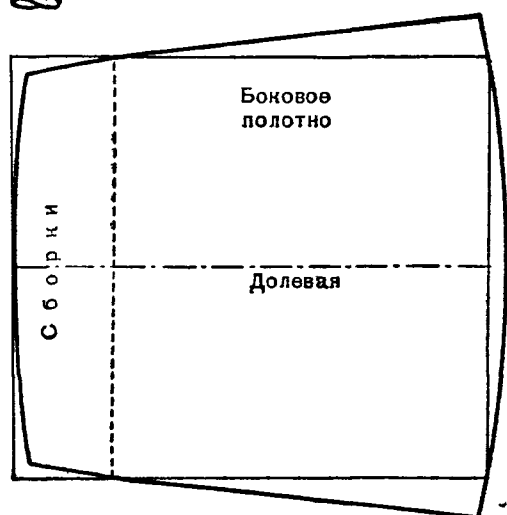


Рис. 34.

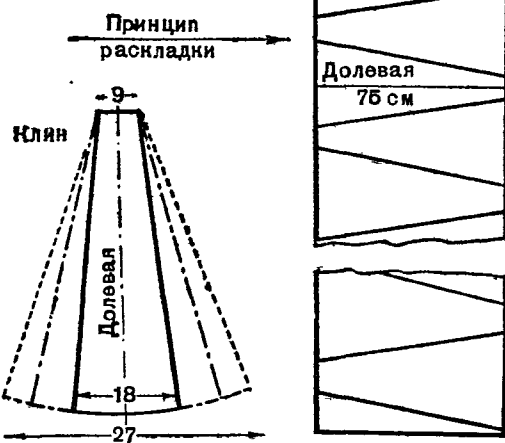
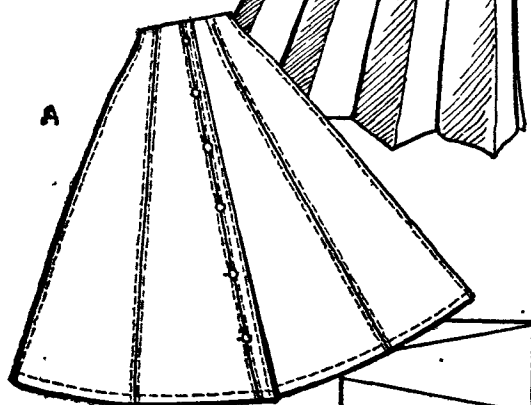
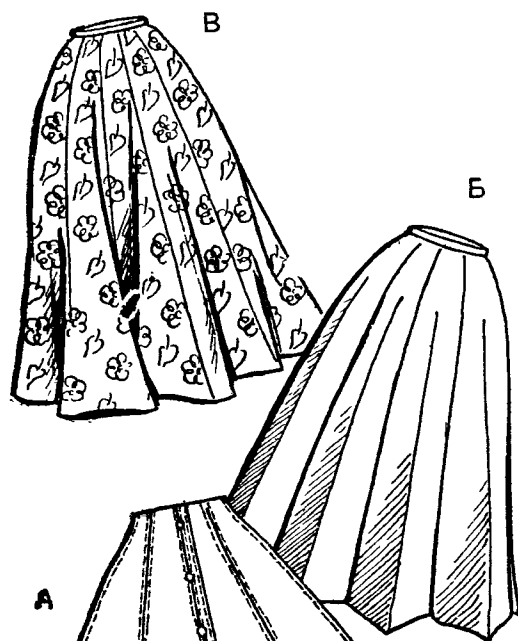


Рис. 35.

ложение и глубина этих фалд зависят от раскроя.

Так как в одном и том же полотне такой юбки встречается одновременно долевое, поперечное и косое направление нитей

ткани и возможна деформация готовой юбки при носке, необходимо все выкроенные полотна после раскроя повесить на некоторое время сложенными в вертикальном направлении в четыре-шесть раз

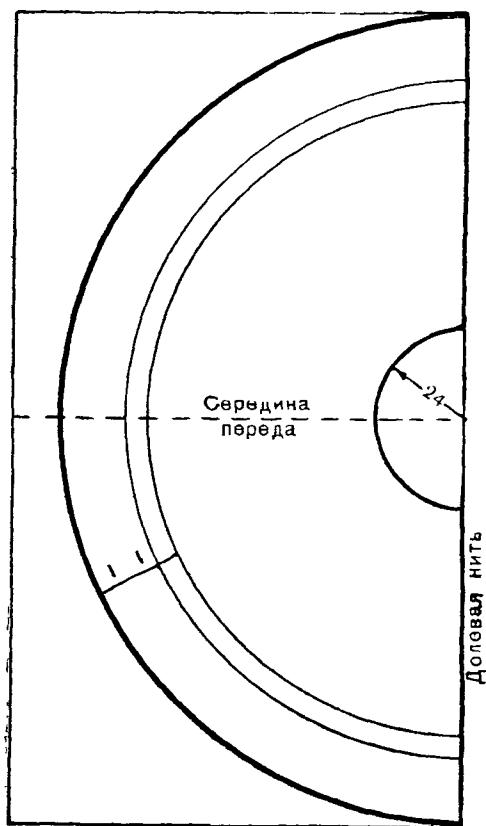
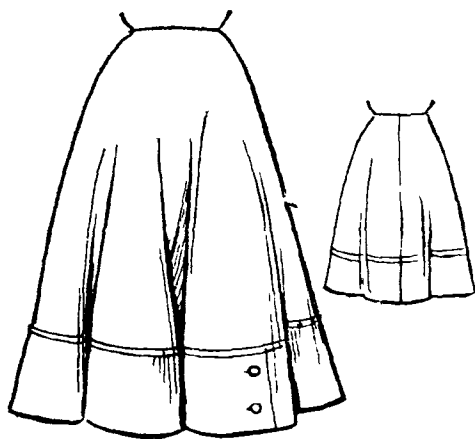


Рис. 36.

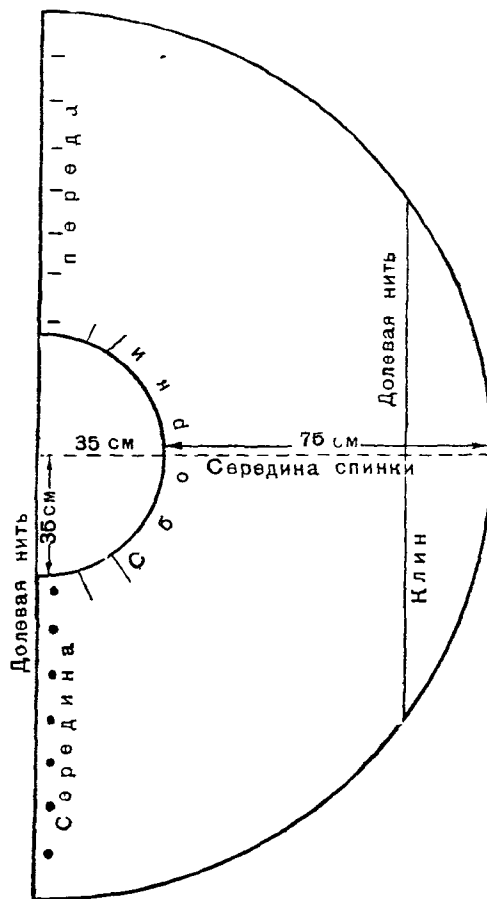


Рис. 37.

с подвешенными к низу подола небольшими грузиками. Так ткань выкроенной юбки до пошивки растянется до предела. Неровности оттяжки надо выровнять при примерке. Особенно тщательно следует произвести

оттяжку при очень большой растяжимости ткани.

На рис. 36 дана модель юбки-клеш «полусолнца» с одним швом сзади. По низу юбки настрочена складкой широкая

бейка, застегивающаяся сбоку на две пуговицы. На рис. 37 дана модель юбки-клеш со сборками на талии и со сквозной застежкой спереди. Такая юбка хороша для пляжа. При раскрое такой юбки вырез талии делается глубже и шире, для будущих сборок. Соответственно юбка удлиняется. Если ткань узкая, то сделайте на юбке клин-приставку, стачав его по долевой нитке (см. чертеж). На рис. 38 модель юбки-клеш с двумя швами — спереди и сзади. Эта юбка сделана из клетчатой ткани. Во время раскроя надо следить, чтобы рисунок клеток по линии переднего и заднего швов совпал «елочкой». На чертеже пунктирной линией обозначен раскрой примерно такой же юбки, но с большим количеством фалд.

Красиво выглядит юбка-клеш со встречными складками (рис. 39). Глубина складок, едва заметная у талии, постепенно увеличивается книзу. Центральный шов юбки может быть заутюжен «на ребро». Это делает его незаметным в общей массе складок. При узкой ткани можно делать боковые швы, располагая ткань иначе, то есть долевая нить будет проходить вдоль боковых швов.

Юбки-клеш, которые мы видим на рис. 40, 41, 42, плотно облегают талию и расширяются от линии бедер книзу в виде заплисированных вееров или различных складок. Вытачки на таких юбках обычно не делаются. Эти юбки можно выполнить домашним способом (хотя они довольно сложны и трудоемки в работе). Для них рекомендуются немнущиеся тонкие ткани (преимущественно шерстяные). Ткани должны быть обязательно декатированы (увлажнены и разглажены). Ширина таких тканей должна быть не менее 1 м.

Рекомендуются два способа раскроя юбок, изображенные на рис. 40.

На рис. 40, А показан раскрой юбки из ткани шириной 140 см. Расход ткани на такую юбку — 1,3 — 1,4 м. Можно применять такой же раскрой на ткани шириной 106 см при длине 2 м.

Раскладка двух полотен юбки произведена с таким расчетом, чтобы при стачивании боковых швов происходило соединение долевой нити с поперечной. При таком соединении юбка меньше деформируется в носке. Кромку стаченных полотен надо надсечь в косом направлении. Надо только учесть, что нельзя использовать ткани с на-

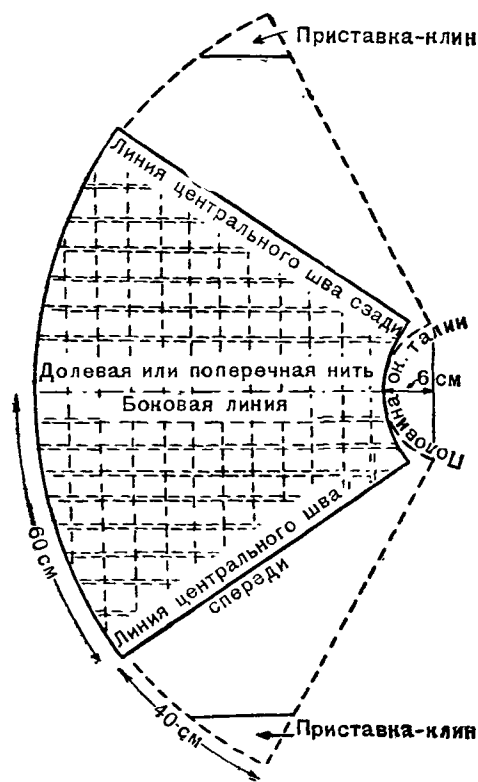
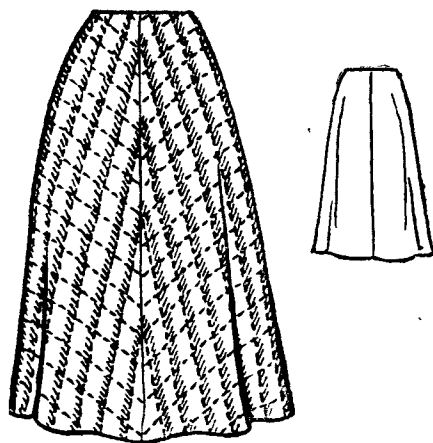


Рис. 38.

чесом, ворсом или с ярко выраженным ткацким рисунком (полоска, диагональ и т. п.), так как у них по линии шва долевое направление может резко отличаться от поперечного. Перед стачиванием выкроенных полотен необходимо произвести их оттяжку (см. выше). Это дает возможность избежать в готовой юбке неровностей низа, искаже-

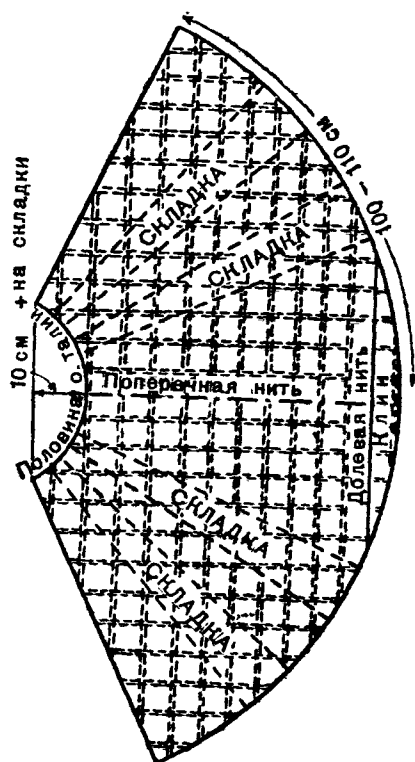
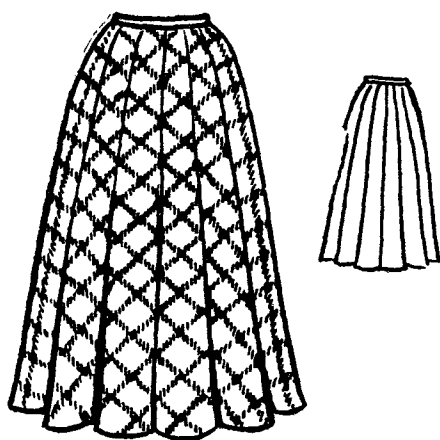


Рис. 39.

ний в направлении вееров-плиссе и навалов на швах.

На рис. 40, Б показано, как наметить веера-плиссе. Их должно быть восемь, в том числе два в боковых швах. Глубину каждого веера надо уточнить на фигуре во время первой примерки (рис. 40, В). Глубина вееров может быть и неодинаковой — это почти не отражается на внешнем виде

изделия. Важно только, чтобы веера сверху начинались на одном уровне и не имели перекосов. Такие перекосы случаются из-за неправильного строения фигуры — один бок выше другого — и различного направления нитей тканей в полотнах юбки (долевое, поперечное, косое), неизбежного при раскрое юбок-клеш.

После примерки излишки ткани укладываются в виде вееров, которые слегка заутюживаются. На второй примерке проверяется правильность направления вееров и устраняются неровности низа юбки. После этого низ подшивается («козлик» или «крестиком»), веера окончательно заутюживаются с изнанки (через влажную ткань) и для большей устойчивости прострачиваются «на ребро» (по самому краю) как снаружи, так и внутри вместе с законченным низом (рис. 40, Г).

Спереди сверху можно сделать корсажик. Он выкраивается вместе с передним полотнищем юбки.

При желании можно украсить юбку узким пояском с пряжкой. Застежка делается на левом боку (в шве).

На рис. 41 показаны модель и раскрой юбки-клеш из ткани шириной в 100—106 см (в виде «полусолнца», с 12—16 веерами). На такую юбку требуется 2 м ткани. Радиус выреза равен $\frac{1}{4}$ объема талии плюс 4 см. Шов делается сзади, чтобы по бокам обеспечить одинаковое направление нитей.

Все остальные процессы пошивки такой юбки выполняются так же, как и в описанном нами первом случае.

На рис. 42 показана юбка-клеш с двумя веерами-плиссе, идущими от талии. У талии веера едва захватывают ткань; по мере удаления книзу глубина их нарастает. Веера укрепляются сверху у талии или на 5 см ниже талии, а затем хорошо заутюживаются с изнанки. Сзади веера в таких юбках обычно не делаются, так как это выглядит очень громоздко и требует большого расхода ткани. Вместо этого рекомендуется сделать один или два слегка расклешенных шва.

Познакомимся теперь с раскроем юбок, изображенных на рис. 43. Суживаясь книзу, такая юбка красиво облегает фигуру. При раскрое такой юбки надо к длине ее передней части прибавить 8 см ткани (2 см сверху и 6 см внизу). Чтобы придать юбке суживающуюся форму, полотнище спереди сверху приподнимается. Излишек тка-

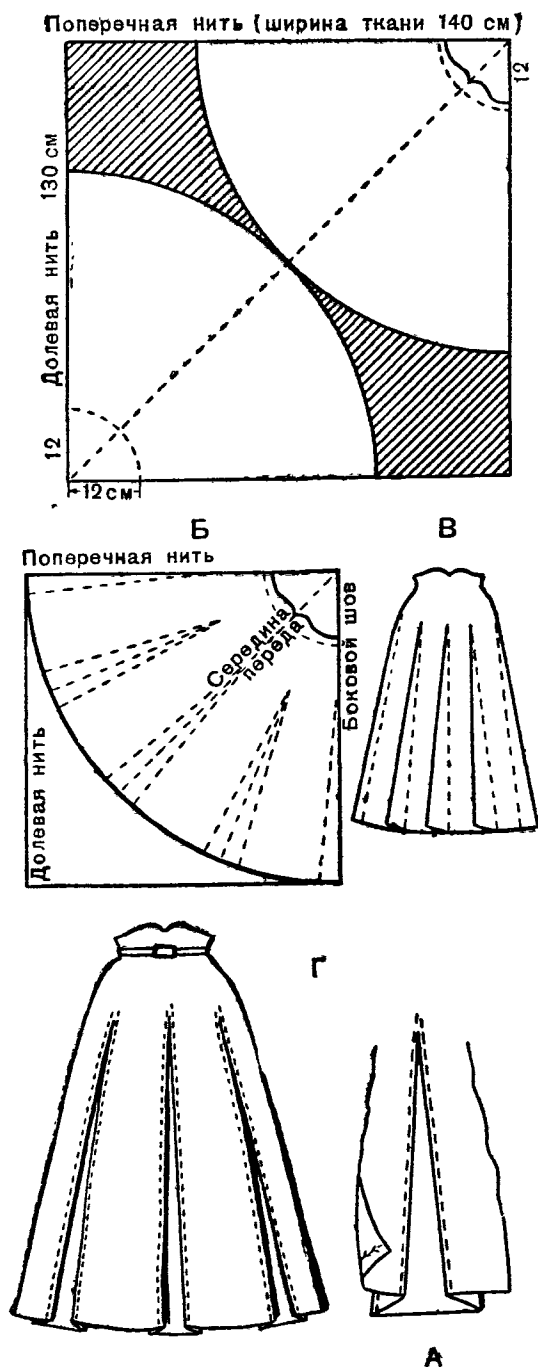


Рис. 40.

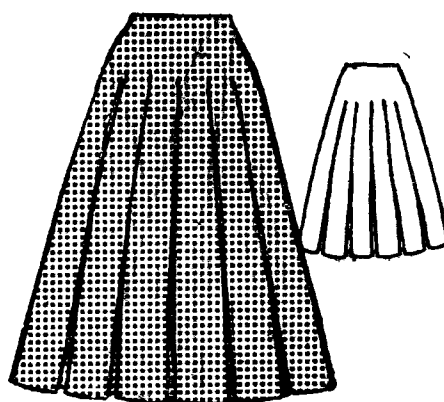


Рис. 41.

ни забирается в передние вытачки, которые могут иметь самое различное направление и оформляются по-разному. На рис. 43 они расположены наклонно и отстрочены складками, в которых при желании можно сделать карманы.

Сзади на таких юбках делается шов, по всей длине которого прокладывается тесьма или плотная кромка: она сдерживает шов и предохраняет его от растягивания, а следовательно, уберегает юбку от деформации во время носки. Для этой цели юб-

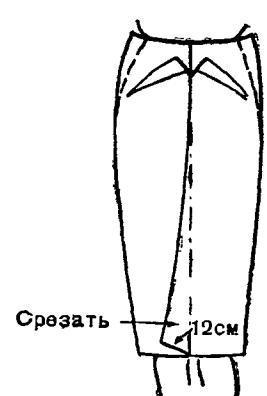
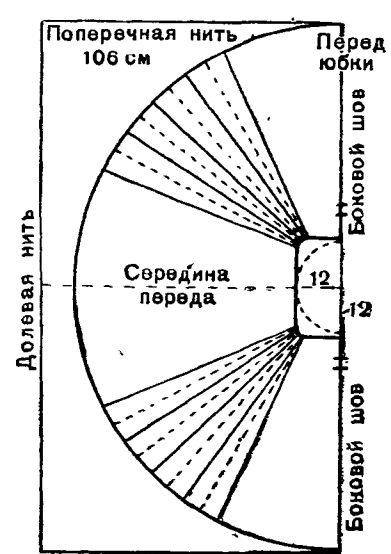
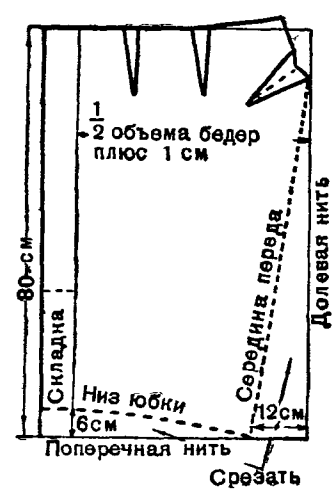
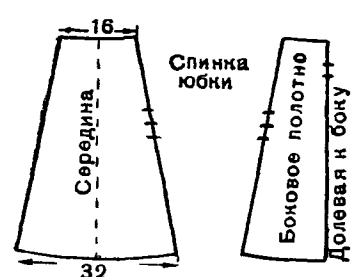
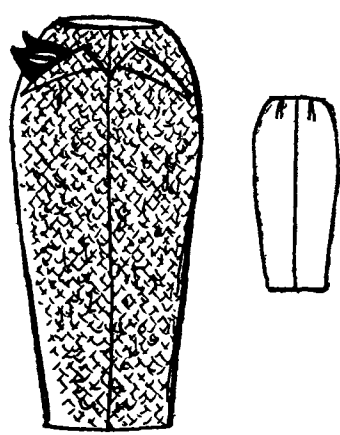
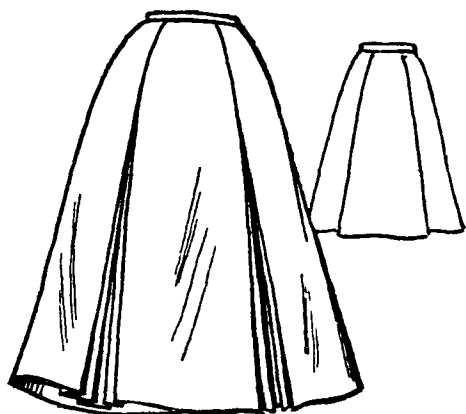


Рис. 42.

Рис. 43.

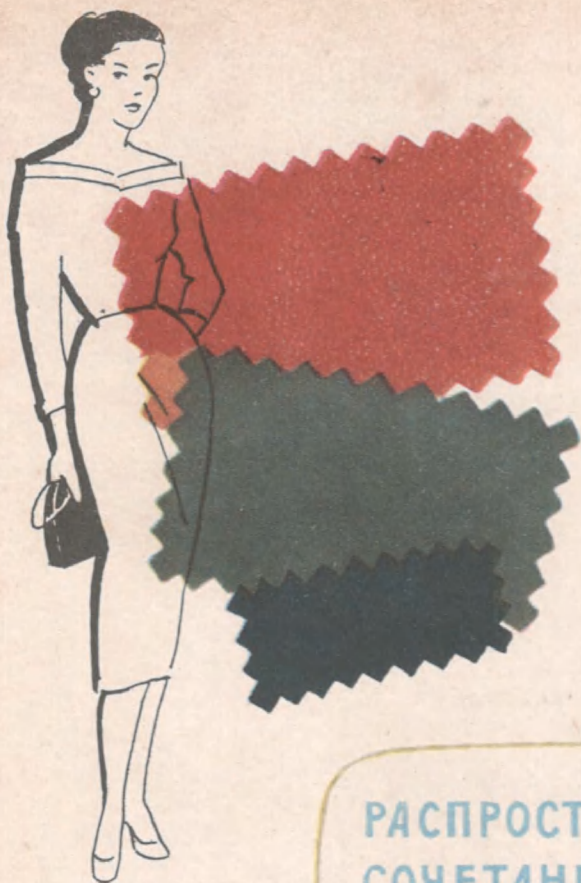
ку можно делать на тонкой шелковой подкладке.

Чтобы обеспечить свободу движений, рекомендуется по линии шва сделать внутреннюю одностороннюю или встречную склад-

ку, открытую только внизу (можно сделать также разрез-шлицу).

Внизу на рис. 43 вы видите подготовленную к примерке юбку.

Передний шов ее проходит не по доле-



РАСПРОСТРАНЕННЫЕ
СОЧЕТАНИЯ ЦВЕТОВ
СОВРЕМЕННОЙ
ЖЕНСКОЙ ОДЕЖДЫ

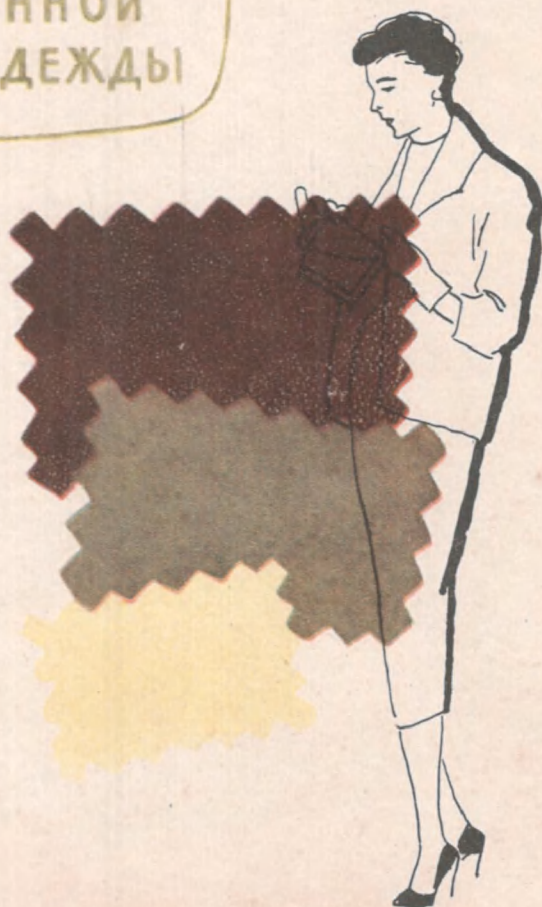
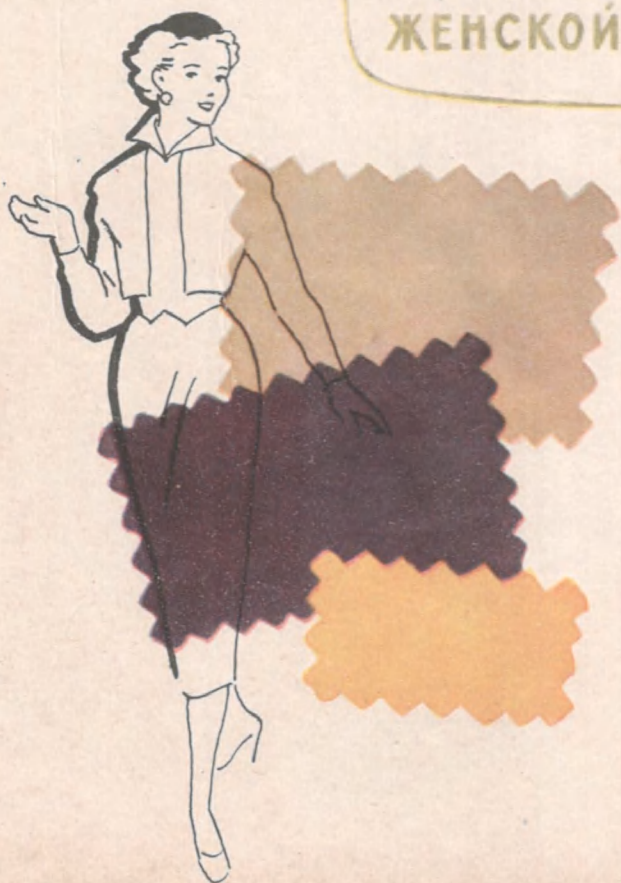




Рис. XVIII. Наиболее распространенные цветовые сочетания в современной верхней женской одежде и аксессуарах.



вой нитке, а в слегка скошенном направлении, отступая от кромки низа юбки на 10—12 см. В нарядных юбках такого типа можно отказаться от переднего шва и ограничиться одним швом сзади (с защипами), сделав все по такому же принципу.

На рис. 44 модель юбки, суживающейся книзу, с мягкими защипками вместо вытачек. Эта юбка сделана с двумя боковыми швами.

На чертеже показано полотно юбки. Сужение происходит за счет равномерных скосов в боковых швах.

Юбку, показанную на рис. 44, можно делать более широкой, сохраняя форму «бочонка». Придерживаясь такого же раскроя, надо соответственно припускать на ширину.

Сборки-защипки или встречные складки на юбке из клетчатой ткани очень красиво выглядят и мягко падают при косом направлении ткани. На рис. 45, А и Б даны юбки с оригинальной конструкцией: юбка как бы не имеет ни одного шва. Это достигается раскроем ткани в виде косой бейки, который производится следующим образом.

Перегните ткань под углом 45° (косыной), наметьте мелом перегнутую линию (см. жирные линейки на рис. 45, В) и отметьте, как указано на чертеже, длину юбки. Один шов возможен только при очень большой ширине ткани (например, 140 см), при меньшей ширине (80—90 см) необходимо сделать два шва и, следовательно, выкраивать два или полтора указанных полотна—бейки (в зависимости от объема бедер и количества сборок или глубины складок).

На рис. 45, В показан отрез ткани шириною 90 см, на котором намечен раскрой двух косых беек. После раскроя полотна бежки соединяют по линии *а—б* для стачивания.

На рис. 45, Г показаны две **стачанные** бейки, которые надо **стачать** по линии б—а вторым швом. Окончательно **стачанная** юбка показана на рис. 45, Д. Подобная конструкция юбки применима только к ткани с рисунком в клетку, при обязательной совпадаемости рисунка по линии шва, которая должна быть тщательно проверена во время раскроя, тогда шов после стачивания совсем незаметен. Формировать такую юбку можно самым различным образом. На рис. 45, А юбка сделана

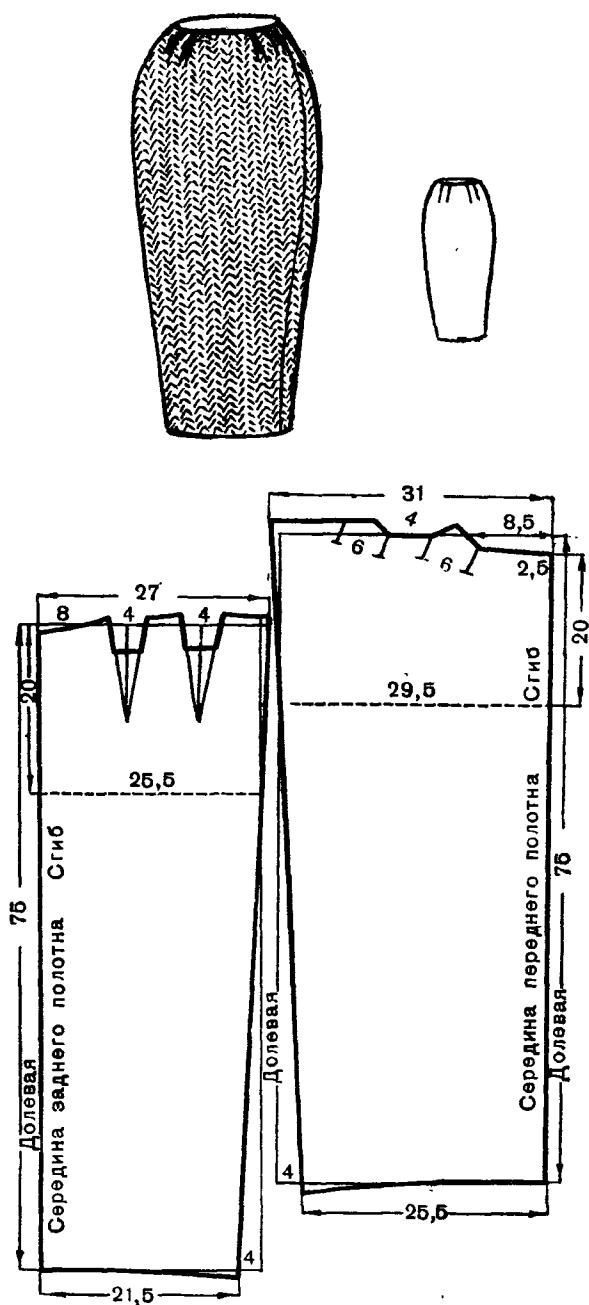


Рис. 44.

с глубокими встречными складками, которые не заглаживаются и мягко падают от самой талии. На рис. 45, Б широкая юбка со сборками по линии талии.

Все юбки независимо от их вида и формы рекомендуется делать на плотно пригнанном по фигуре корсаже или пояске.

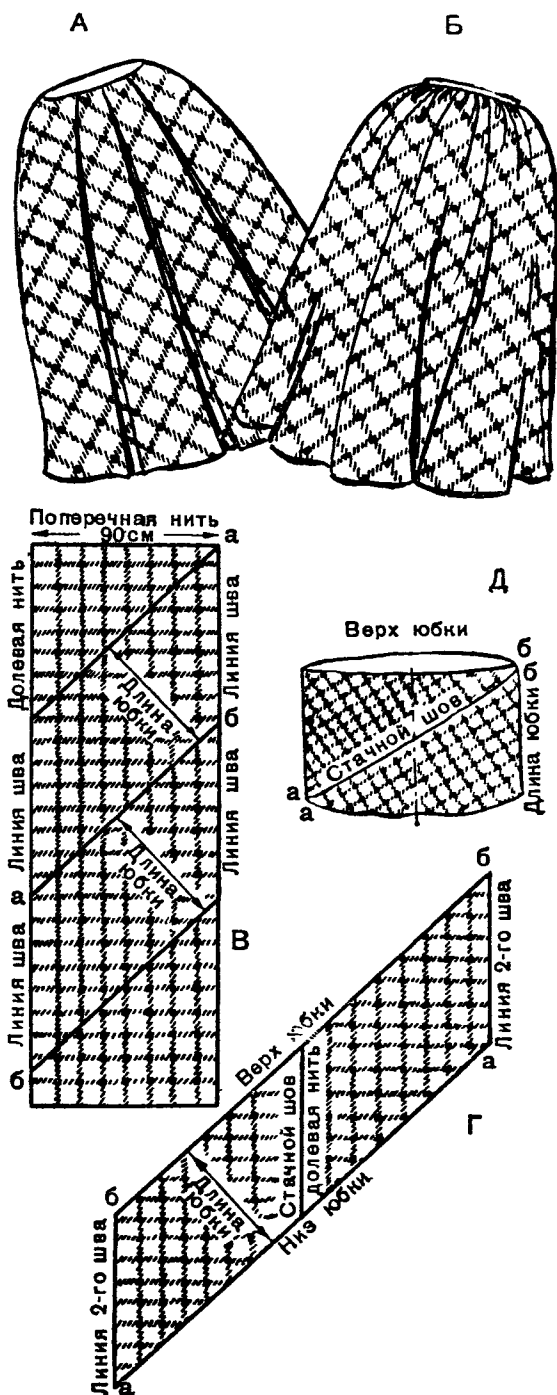


Рис. 45.

Мы дали модели различных по форме юбок и надеемся, что вы сможете подобрать себе юбку по своему вкусу к блузке, к костюму и джемперу.

Кроме того, целый ряд юбок может служить низом платья. Умело комбинируя ту или иную модель с тем или иным верхом, можно получить несколько моделей платьев. Надо только помнить об общей связи верха с низом по своим линиям, по характеру кроя.

Как заделать застежку юбки. Для застежки следует применять кнопки или «молнию». Цвет тесьмы «молнии» должен подходить к цвету юбки. «Молнию» можно пришивать на машине, пришивая ее предварительно в хорошо разутюженный шов, слегка натягивая, чтобы ткань юбки лежала свободно. Прострачивать надо на расстоянии одного сантиметра от металлической части «молнии».

«Молнию» можно пришивать вручную. Для этого надо сначала прострочить в край ткани юбки, чтобы она не выворачивалась, и затем, приметав «молнию», пришивать ее мелкими стежками.

Если для застежки применяются кнопки, то при раскрое юбки надо сделать припуск на застежку. Сгиб застежки может растянуться. Во избежание этого внутри прикладывают пряничок, можно тесьму, и прикрепляют ее потайным швом. Кнопки пришивают, слегка отступая от края, на двойную ткань, не захватывая верха юбки. Нижние кнопки пришивают на проложенную внутри тесьму или полоску ткани. Это придает им прочность. Крючки для застежки юбки применять не следует, так как они более заметны и не практичны. Нитяные петли быстро рвутся, и часто рвется и сама юбка от неточного попадания крючка в бритку (нитяную петлю).

Как подшить низ юбки. Низы юбок подшиваются самым различным образом. Это зависит от формы юбки и от структуры ткани.

Основное правило: надо сделать рубец юбки так, чтобы с лица он не был заметен.

Если ткань тонкая, не сыпучая, ее подшивают, не загибая, на руках потайным швом — «бархатным» или «крестиком».

Если ткань тонкая, но сыпучая, ее подгибают и подшивают на руках «крестиком» или «козликком» (рис. 46, А и Б). Второй способ — прострочить загнутый рубец на машине, прогладить и подшить потайным швом (рис. 46, Д).

У закругленных рубцов юбки-клеш имеются излишки ткани, которые надо равномерно распределить (рис. 46, В), зака-

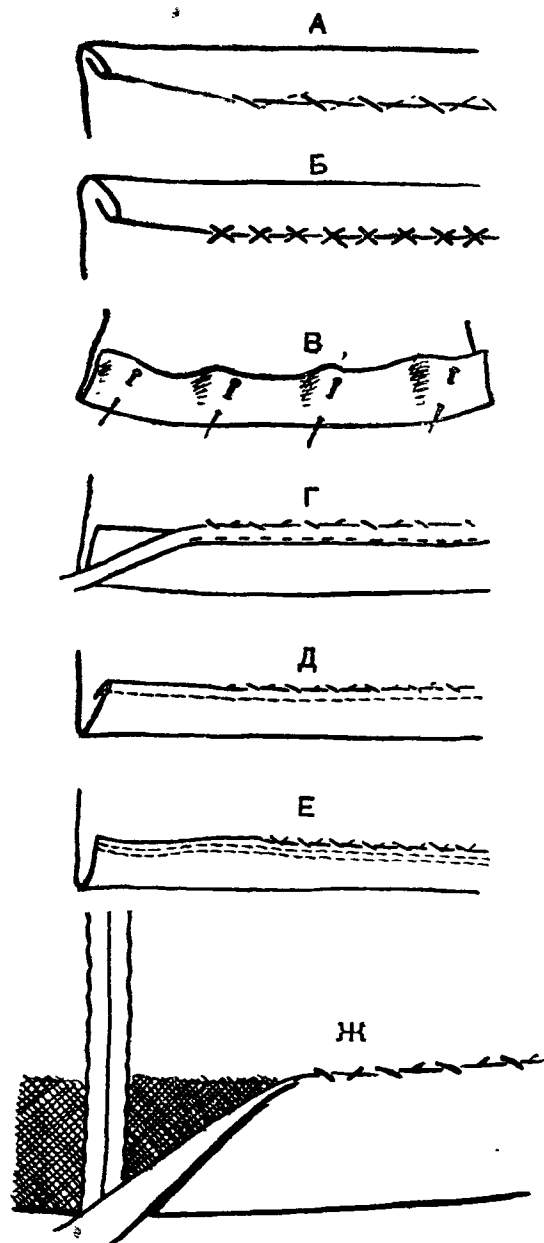


Рис. 46.

лытая булавками на равных промежутках.

Если ткань шерстяная, излишки можно сутюжить, и рубец будет гладкий.

Если же ткань не сутюживается (шелк, вискоза, хлопок), то надо сделать ряд небольших вытачек, в которые увести излишки. Чтобы вытачки не оставили проследов на лицевой стороне юбки, рубец в открытом виде надо тщательно проутюжить,

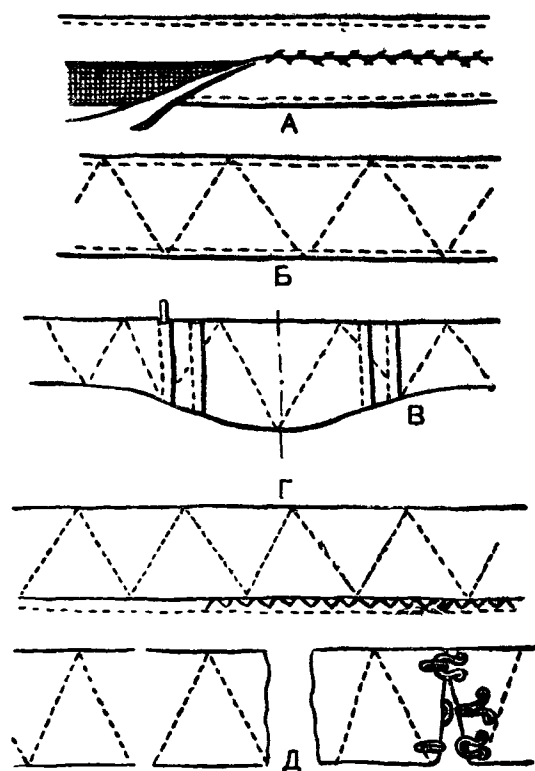


Рис. 47.

прострочить на машине по загнутому краю и подшить на руках.

Если плотная ткань обладает сыпучестью и подгибать ее нельзя (рубец будет очень грубый), то рекомендуется пристрочить к краю тонкую ленточку или полоску шелковой ткани, которая и пришьется к юбке (рис. 46, Г).

Второй способ обработки низа юбки из грубой ткани: прострочить край два раза на машине и подшить на руках (рис. 46, Е).

На рис. 46, Ж показана обработка низа нарядной юбки. Для плотности рубца и для сохранения формы по низу юбки прокладывается канва или тонкий волос при косом направлении нити.

Как заделать корсаж юбки. Если ткань юбки тяжелая и плотная, корсаж надо делать двойной, чтобы юбка своей тяжестью не выворачивалась на корсаже.

Корсаж обычно делается из специальной корсажной ленты (тесмы). Широкую ленту сгибают вдвое. Для плотности корсаж прострачивается зигзагообразной строчкой на машинке (рис. 47, Б).

Если юбка плохо сидит на фигуре, сползает сзади (у фигур с прогибом позвоночника ниже талии), корсаж надо делать от боков к центру спинки пошире (рис. 47, В) и для плотности и опоры укрепить его стальными планками или косточками из китового уса, которые надо вставить в специально пристроенные из ткани поло-ски.

Если нет корсажной ленты, ее заменяют плотной парусиной (бортовкой), закрывая ее тонкой тканью в цвет юбки (рис. 47, А).

Корсаж пришивают вручную или на машине. Верхний край юбки надо слегка припосадить, чтобы обеспечить свободное облегание без перекосов и морщин. Это надо сделать по фигуре, прикрепив юбку к корсажу булавками (рис. 47, Г). Корсаж пригоняется плотно по талии, в стык (рис. 47, Д), а не накладывая один конец на другой.

Застежку надо делать покрепче, для этого крючки надо пришивать так, чтобы их край лежал на корсаже и не выступал бы наружу. Петли слегка выдвигают за край корсажа. Если пришить все крючки с одной стороны, корсаж может растягиваться. Для большей прочности их надо чередовать.

Как делать петли. Петли на юбке можно делать вытачные. Прежде всего надо точно наметить их положение с таким расчетом, чтобы пуговица не сползала на край юбки, а находилась бы на расстоянии 3—4 см от него. Надо вымерить длину петель. Это зависит от величины пуговицы, чтобы она свободно проходила в петлю.

Намечают точно наметочной ниткой длину петель на равном расстоянии одна от другой (рис. 48, А). На лицевую сторону юбки накладывают прямоугольные кусочки ткани с долевым или косым направлением нитей ткани и приметывают по намеченным петлям (рис. 48, Б). На расстоянии 2—3 мм от намеченной петли ткань прострачивают на машине, считая точно количество стежков и вдоль и поперек, чтобы петля была ровной (рис. 48, В). Несколько стежков на машине делают повторных для прочности. Вынимают наметку и петлю разрезают острыми ножницами. Ткань выворачивают и выметывают, чтобы полоски ткани были видны с лица (рис. 48, Г) и чтобы петля была ровной. Петлю утюжат и с изнанки, не разрезая углов, пришивают мелкими стежками низ (рис. 48, Г).

В многошовной юбке со сквозной застежкой спереди петли делаются в при-

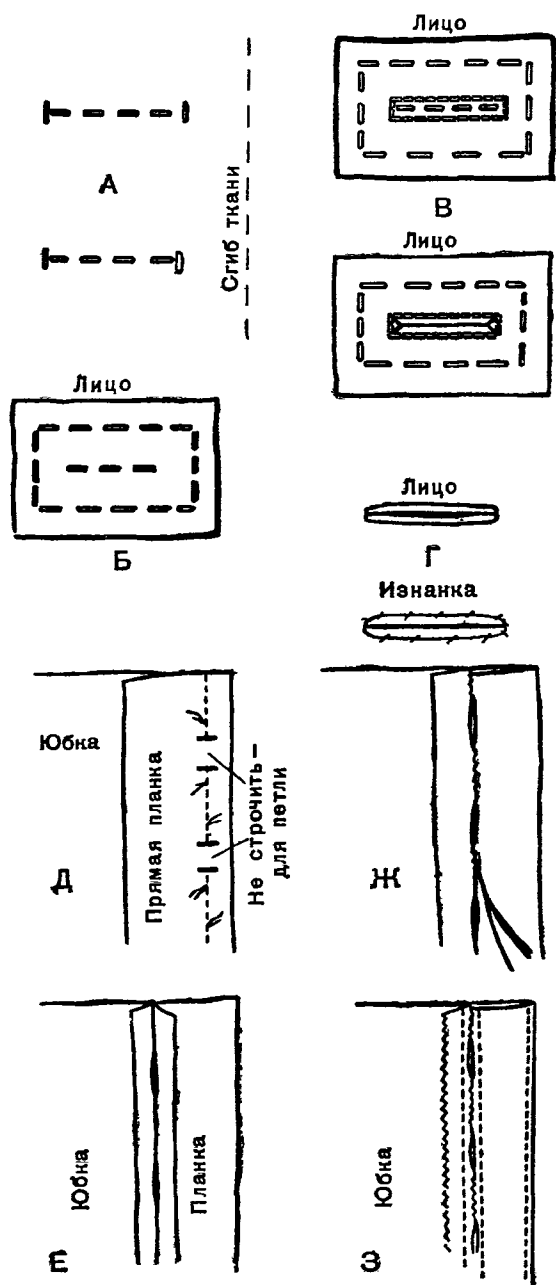


Рис. 48.

строченной к юбке планке («ленивые» петли). Они образуются от оставленных при прострачивании планки промежутков, предварительно точно вымеренных и отмеченных ниткой.

На рис. 48, Д показана изнанка юбки с пристроенной планкой и с оставленными отверстиями для петель. Шов разутюживается на две стороны (рис. 48, Е).

Для большей прочности и красоты планку выстрачивают три раза на машине (рис. 48, 3). Строчку можно делать цветными нитками, чтобы она более выделялась и служила бы отделкой.

Каждый период моды имеет свой силуэт, свою линию — меняется длина плеча, его наклон, направление проймы, форма и длина рукава.

Втачные рукава различны: прямые, расширенные книзу; суженные у кисти; свободные внизу; схваченные манжетой различной формы.

На рис. 49 даны современные раскрои лифа, и линия проймы на уровне плеча обозначена контурной линией, заниженная — пунктирной.

Необходимо очень внимательно следить за правильным направлением плечевого шва. Смещение этого шва в сторону спинки недопустимо в современных изделиях. На рис. 50, А показано смещение плечевого шва.

Для современных изделий с втачным рукавом характерна свободная спинка. Это достигается посадкой спинки на 1 см. Кроме того, у основания шеи делают небольшую вытачку глубиной 0,7 — 1 см. Иногда ее перемещают на середину плеча. Эта вытачка, а также припосадка спинки в плечевом шве (рис. 50, Б) подтягивают часто заламывающуюся под проймой ткань, дают свободу спинке, а также красивую долеую мягкую складку.

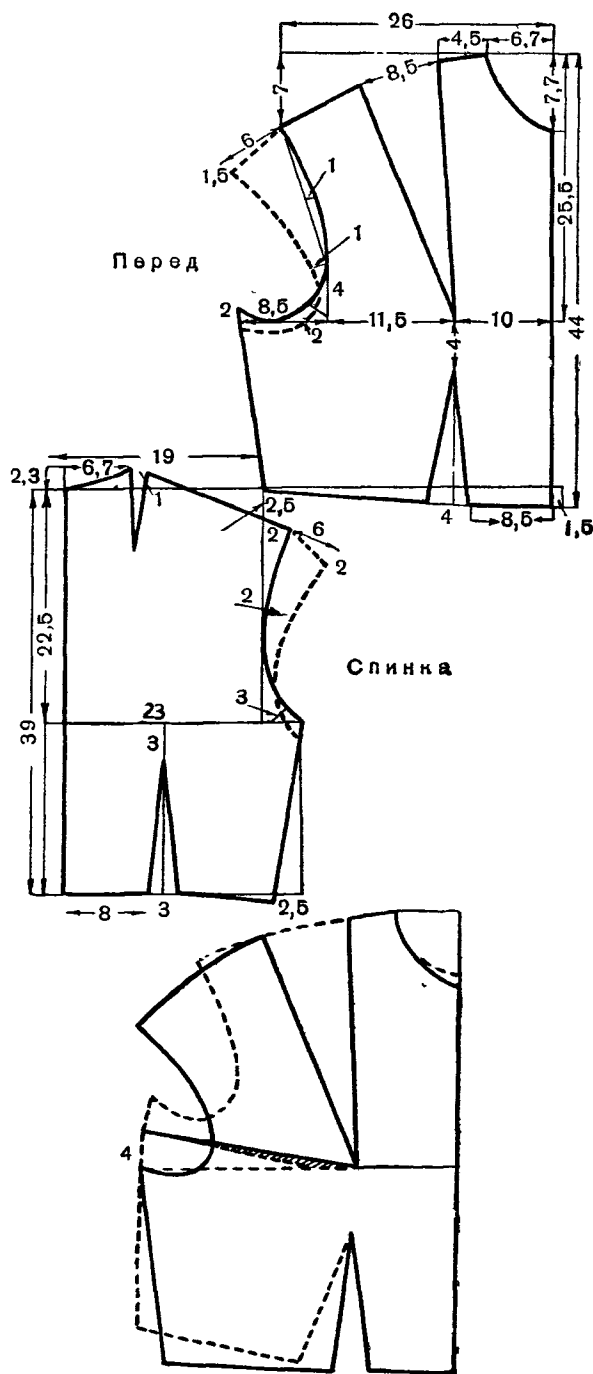


Рис. 49.

При раскрое, а также при вметывании рукава в изделие нужно учитывать правильное направление нитей ткани (долевой и поперечной).

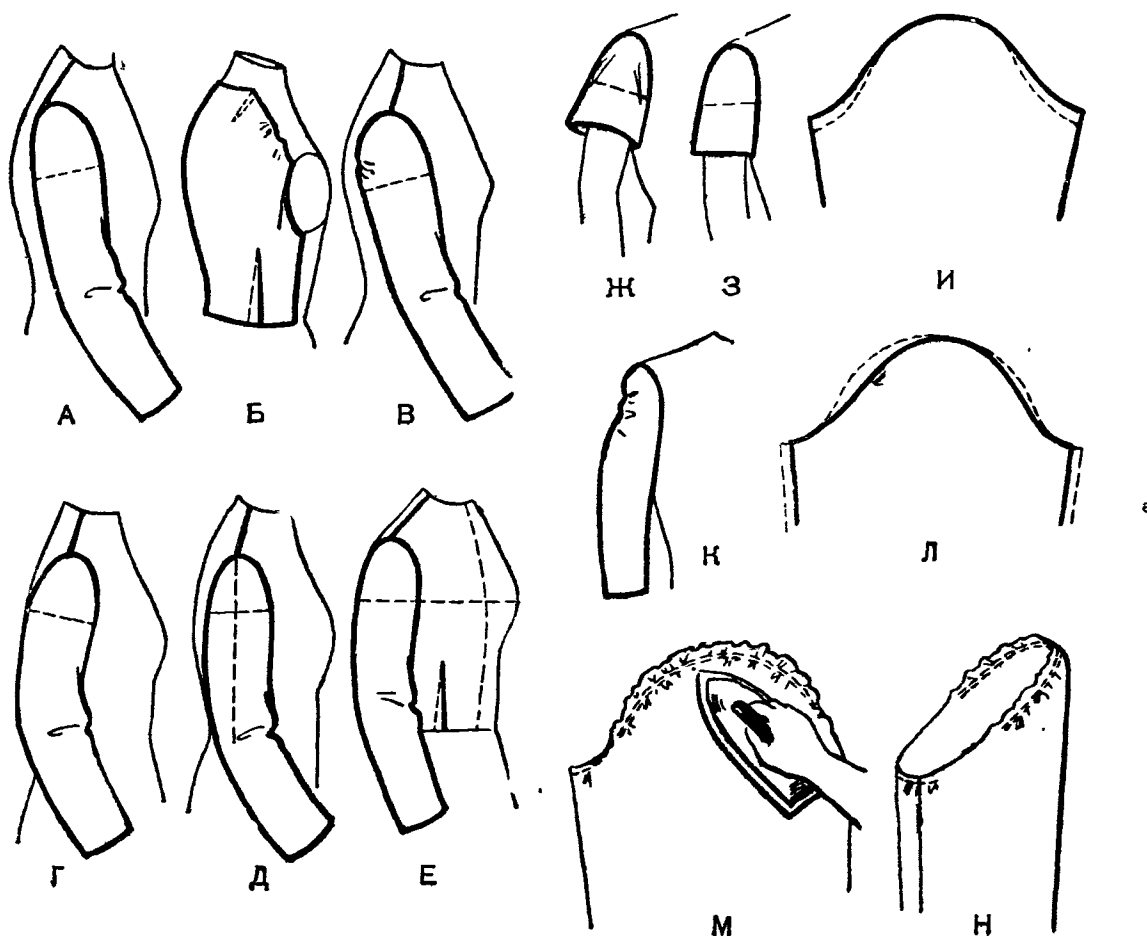


Рис. 50.

Иногда правильно выкроенный рукав сидит все-таки плохо. Обычно это происходит в тех случаях, когда фигура имеет отклонения от правильного телосложения — сутуловатость, впалую грудь, чрезмерно высокие, слишком покатые или откинутые назад плечи и т. д. При этом окат рукава заваливается назад (рис. 50, В), реже наперед (рис. 50, Г) или искажается правильное направление нитей. В результате в рукаве появляются заломы, ткань морщится, изделие теряет вид, неудобно в носке. В этом случае постановку рукава надо исправить (рис. 50, Д и Е) так, чтобы поперечная нить шла горизонтально.

Если рукав в окате вздернут, то низ рукава будет некрасиво торчать, появятся ненужные заломы (рис. 50, Ж). Устранить этот изъян можно, углубив выемку под проймой (рис. 50, И), сделав окат вы-

ше. И рукав будет лежать хорошо (рис. 50, З).

Иногда окат рукава бывает узок, особенно если рука полная, при этом происходит затяжка ткани в окате (рис. 50, К). Чтобы устранить этот недостаток, надо расширить зауженный окат (на рис. 50, Л показано пунктиром). Иногда приходится соответственно расширять весь рукав.

До вметывания рукава в изделие надо правильно обработать. Окат надо собрать на сборки в две нитки, и эти сборки, увлажняя, хорошо сутюжить с изнанки. Утюжку удобнее делать до стачивания шва (рис. 50, М). Без предварительной утюжки сборки на вметанном рукаве с присобраным окатом могут распределиться неравномерно и затруднят втачивание и дальнейшую обработку, окончательную утюжку.

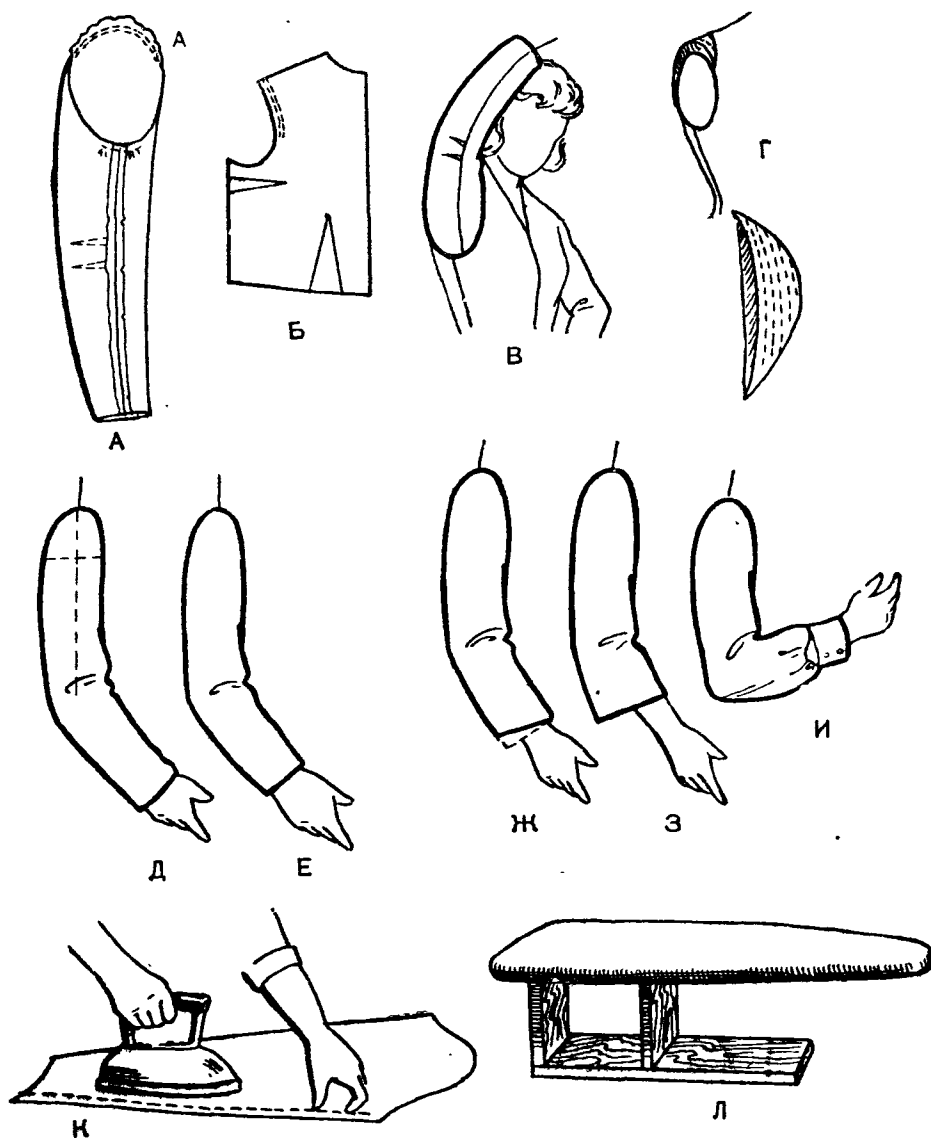


Рис. 51.

а На рис. 50, Н показан обработанный и стаченный рукав. Утюжку надо делать с таким расчетом, чтобы передний срез узкого рукава растянулся на 1,5 см. Это даст красивую форму переката (рис. 51, К).

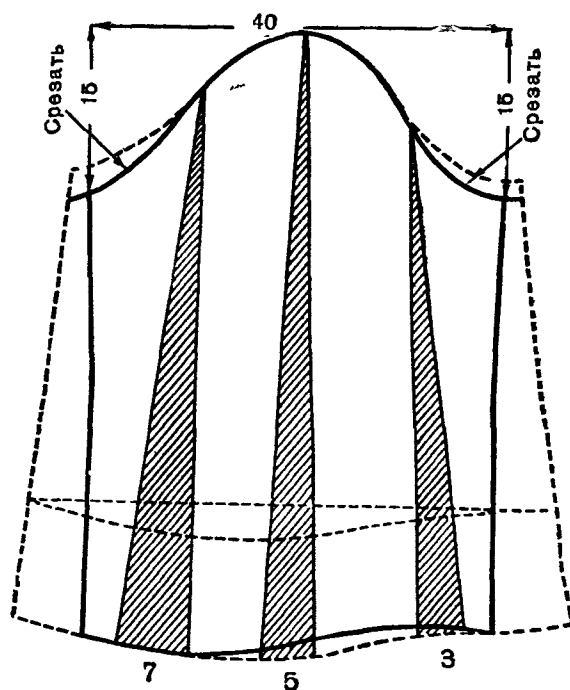
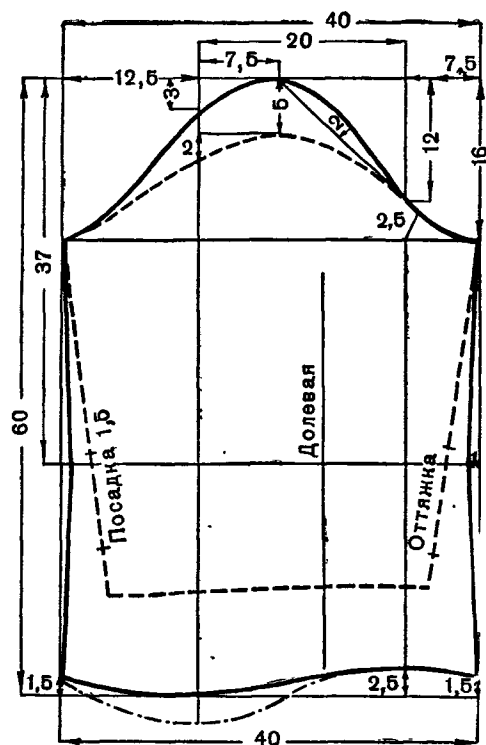
На рис. 51, А показан вид с изнанки сметанного после обработки утюгом рукава.

Втачивать рукав лучше со стороны рукава, а не проймы. Пройму в процессе шитья растягивать нельзя, так как от этого деформируется весь лиф. В очень растяжимых тканях по верхней части проймы (на 10—12 см вниз от плечевого шва)

в полочке рекомендуется прокладывать тесьму или кромку или закрепить ее машинной строчкой (прострочить два-три раза) (рис. 51, Б).

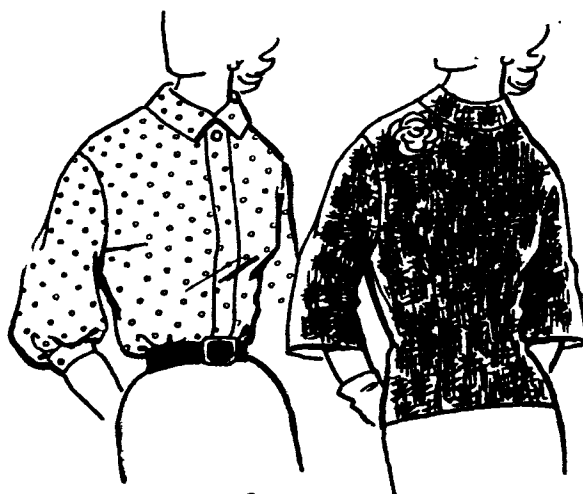
Для спущенной, заниженной проймы характерным является то, что занижение происходит за счет удлиненного плеча. Длина его может достигать до 20 см, а иногда и больше. Пройма небольшая и имеет как бы округленную форму.

Рукав для такой проймы соответственно снижается в окате и уменьшается. Иногда совсем отсутствует его посадка. Ос-



Модель 1

Модель 2



Модель 3

Модель 4

Рис. 52. Модель 1. Жакет свободной формы. Рукава прямые. Модель 2. Платье с втачным рукавом. Рукав прямой, слегка суженный, длина три четверти (см. на чертеже пунктирную линию). Модель 3. Блуза строгой формы. Рукав расширенный книзу, на манжете. Длина три четверти (см. на чертеже пунктирную волнистую линию). Модель 4. Джемпер с полуглухим воротником. Рукав расширенный книзу. Длина три четверти (см. на чертеже прямую пунктирную линию низа рукава).

тается лишь небольшая припосадка внизу, у шва (0,5 см) (рис. 50, Н).

Рукава при заниженной пройме могут быть самые различные: прямые, расширенные книзу, узкие длинные и полудлинные, а также различные виды рукава «фонарика».

В очень узких рукавах — длинных и полудлинных (независимо от линии проймы, а следовательно, и высоты оката) — нельзя забирать излишки ткани в шов. Такой рукав будет неудобен в движении, затруднит поднятие руки, ткань будет рваться. В узком рукаве необходимы вытачки. Их можно делать на уровне локтя (рис. 51, В). Глубина этих вытачек в большой мере зависит от структуры ткани. Чем ткань эластичнее, легче, растяжимее, тем меньше можно забирать в вытачки. Иногда на таких тканях вытачки можно заменить сборкой. Шов рукава может не совпадать со швом лифа (рис. 51, В).

В узком рукаве вытачки можно сделать и по линии мизинца. Глубина этой вытачки 5—6 см, длина 14—16 см. В узких рукавах с заниженной линией проймы делаются небольшие припуски у шва, что обеспечивает более свободное поднятие руки. При сутуловатости, резко выступающих лопатках надо делать подплечики в основном со стороны спинки. Высота подплечиков у проймы не более 1 см (рис. 51, Г). Слой ваты в сторону лопаток сводится на нет. Подплечики должны сливаться с фигурой, делать мягко округлую форму проймы. Небольшие подплечики рекомендуются и при чрезмерно покатых плечах.

Длина рукава рассчитывается так, чтобы вся кисть руки в опущенном положении была видна (рис. 51, Е). Не в меру длинные рукава выглядят неэлегантно (рис. 51, Д).

Линия низа рукава должна быть правильно оформлена (рис. 51, Ж, пунктирная линия). Если рукав прямой, на манжете, то при раскрое линия низа рукава меняется — дается припуск на свободу в локте. На рисунке 51, И показан рукав, неправильно выкроенный, он тянет и рвется. В рукаве длиной $\frac{3}{4}$ линия низа может иметь горизонтальное направление (рис. 51, З).

При окончательной отделке рукава утюжку проймы можно проводить различно: при заниженной пройме — иногда на две стороны; если же имеется по линии проймы декоративная строчка, то надо за-

утожить ее в сторону изделия. Если пройма на естественном месте плеча, то утюжить ее надо «на ребро», направляя в дальнейшем излишки в сторону рукава.

Утюжку рукава и проймы следует делать на специальной доске (рис. 51, Л), а при отсутствии ее заменить подушкой, плотно набитой опилками и обтянутой холщовой тканью. От правильно обработанной проймы и рукава зачастую зависит весь вид изделия.

На рисунках 52, 53, 54 даны модели с втачными рукавами.

ЦЕЛЬНОКРОЕНЫЙ РУКАВ

Лиф с цельнокроеным рукавом завоевал прочное положение в женской одежде. Но его силуэт и линии могут быть различны. Сравнительно недавно такой лиф имел широкие, высоко поднятые плечи (с подплечиками), большую мешковатость под проймами и напуск на талии (рис. 55). Вытачки и верхний шов на рукаве зачастую отсутствовали. Если они и применялись, то независимо от этого боковой шов лифа плавно переходил в нижний шов рукава.

Поднятие рук при таких лифах обеспечивалось большим излишком талии под проймами и напуском на талии.

Современный лиф с цельнокроеным рукавом резко отличается от описанного выше как по своему силуэту, так и по конструкции. Он плотно облегал фигуру. Линия плеч в таком лифе покатая, мягкая, обрисовывающая естественные контуры фигуры. Подплечики не применяются (рис. 56).

Если вы намерены сшить себе платье с цельнокроеным рукавом, не пытайтесь воспользоваться сохранившимися у вас выкройками старой формы.

Свободное движение рук, покатая линия плеча и облегание лифа достигаются различными видами их конструкций, с обязательным применением вытачек, ластовиц, подрезов и вставочных бочков.

Мы даем несколько рисунков рукавов самой различной конструкции: очень короткого, короткого, полудлинного и длинного, а также различной формы ластовиц и вставных бочков.

Конструкции даны для 48-го размера. Пунктиром на чертежах обозначены контуры основной формы лифа. Сплошной чер-

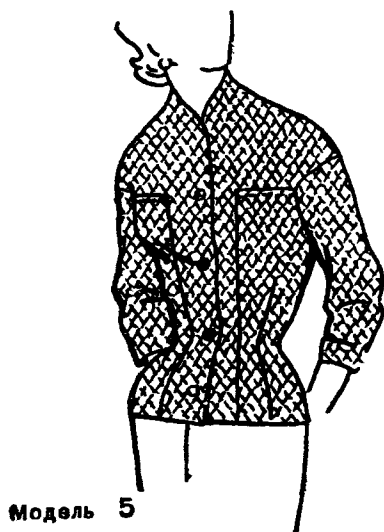
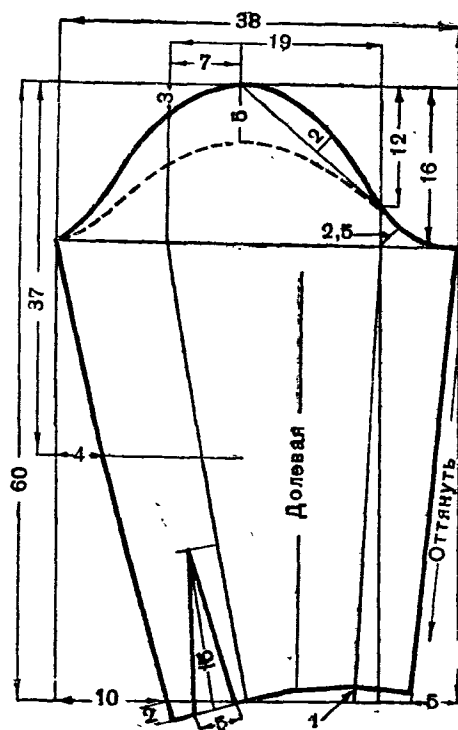
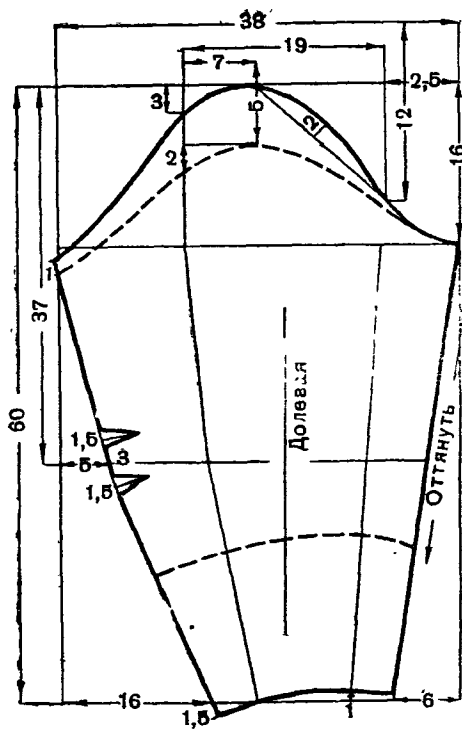
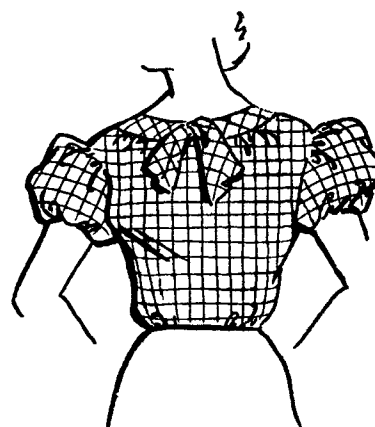
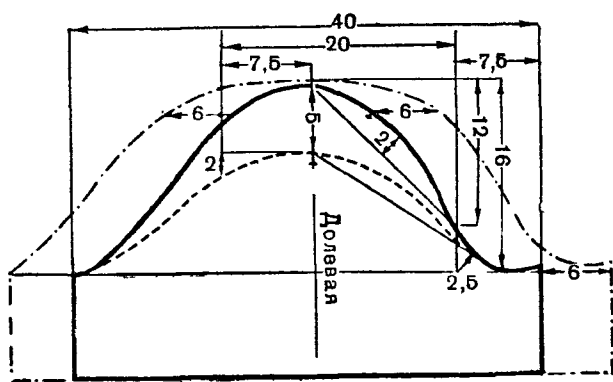
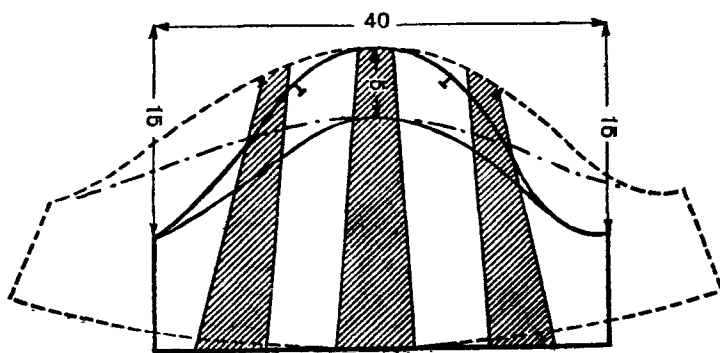


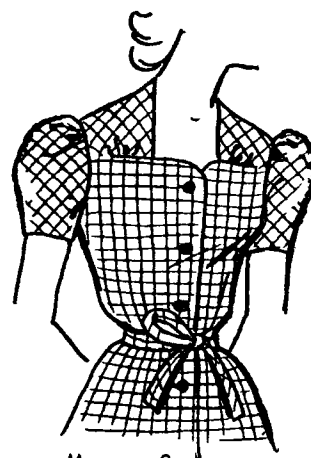
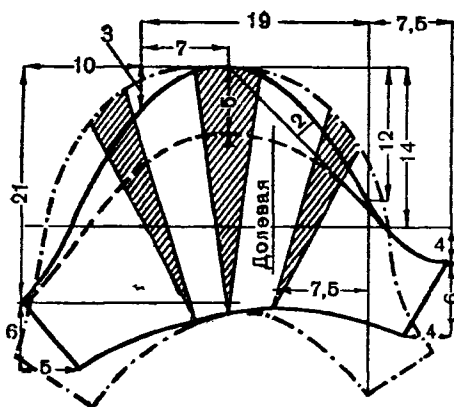
Рис. 53. Модель 5. Жакет с полудлинным втачным рукавом. Линия проймы заниженная. На чертеже низ рукава показан пунктиром. Модель 6. Джемпер с втачным рукавом, с заниженной проймой, по линии которой дана отделочная строчка. Строчка повторяется в центральном шве и на клапанах карманов. Рукав узкий с вытачкой по локтевой линии.



Модель 7



Модель 8



Модель 9

Рис. 54. Модель 7. Блузка из клетчатой ткани, с косой бейкой по линии выреза горловины, завязывающейся спереди бантом. Рукав «фонарик» с равномерными сборками сверху и внизу. Линия проймы заниженная. Модель 8. Платье-халат с рукавом «фонарик». Сборки в рукаве распределены с таким расчетом, чтобы он расширился книзу. Линия проймы заниженная. Модель 9. Платье из клетчатой ткани с рукавом «фонарик». В рукаве сборки сосредоточены сверху, внизу он узкий, по руке. Пройма на естественном месте плеча (см. чертеж рукава, пунктир - - -).

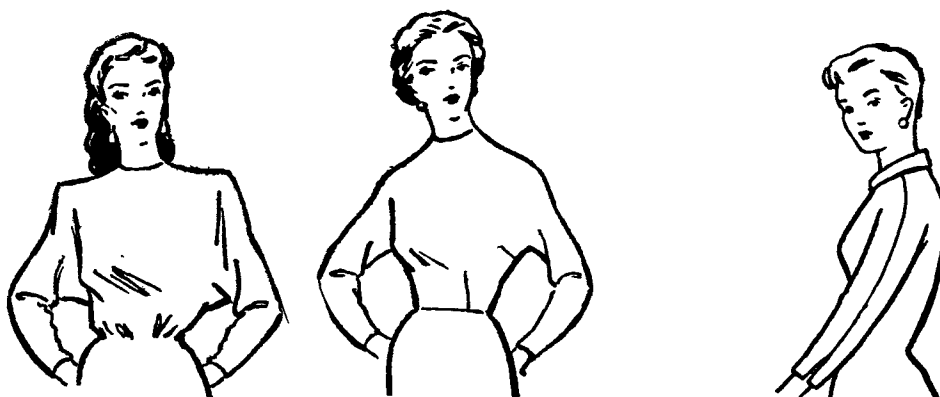


Рис. 57.



Рис. 55.



Рис. 56.

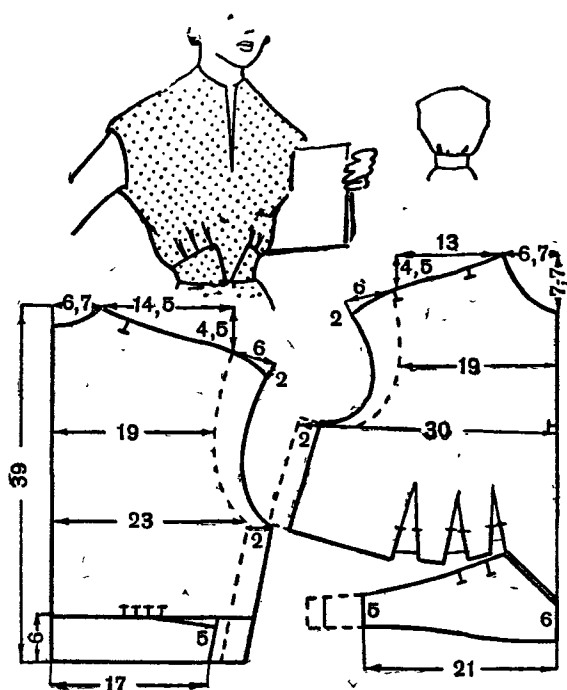


Рис. 58. Модель и чертеж блузки с очень коротким цельнокроеным рукавом. Длина плеча вместе с рукавом от основания шеи 19—20 см. Верхняя вытачка перемещена под грудь. Она оформлена в виде трех мягких складочек, схваченных корсажем. Здесь по сравнению с основной формой лифа происходит перемещение бокового шва на 2 см в сторону полочки.

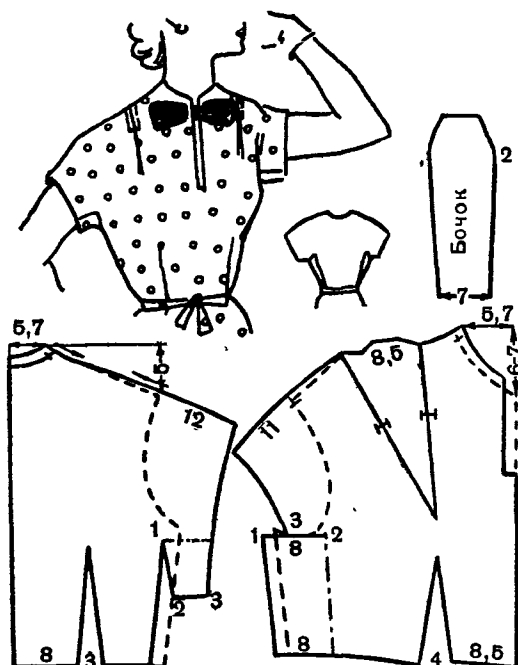


Рис. 59. Модель и чертеж блузки с коротким цельнокроеным рукавом. На полочке и спинке подрезы, которые при соединении создают как бы часть проймы и рукава. При этом боковой шов перемещается к спинке (как показано на чертеже). Для большей наглядности переведите чертеж на кальку или папиросную бумагу и соедините полочку и спинку, чтобы совпали одинаковые цифры. При работе с сыпучими тканями рекомендуется заменять подрез вставным бочком, который втачивается по пунктирной линии. Ткань лифа срезается.

ной линией показаны все изменения основной формы, необходимые для получения выкройки той или иной формы цельнокроеного рукава.

При современной моде независимо от длины рукава на нем обязательно делается верхний шов. Он придает необходимый силуэт изделию, а также делает платье более удобным. Но это лишь при правильном расположении этого шва (рис. 57). И за этим нужно следить. Смещение шва может повлечь за собой ряд неполадок, например сползание лифа в сторону спинки.

На спинке, по линии плечевого среза, как при коротком, так и при длинном рукаве необходимо делать припосадку в 1—1,5 см. Место припосадки указано на чертеже стрелками. Помимо этого, рекомендуется применять у основания шеи маленькую вытачку глубиной 0,7—1 см при длине 4—5 см. Направление этой вытачки указано на рис. 60. Вытачка и припосадка дают возможность избежать поперечных заломов и обеспечивают свободное прилегание спинки.

На полочках, на линии верхнего плечевого среза, при длинных и полудлинных рукавах необходимо делать оттяжку ткани (на 2—3 см). Места оттяжки указаны на чертежах расходящимися стрелками.

Такая обработка утюгом (оттяжка и припосадка на полочках и спинке) создает красиво падающие, мягкие, вертикальные заломы, характерные для цельнокроеного рукава.

При втачивании ластовиц в места подрезов на лифе надо забирать в шов не более 0,2 см ткани, постепенно увеличивая ее к боку и рукаву до 0,7 см. В ластовицах ширина шва должна быть равномерной. Углы подрезов в лифе для большей прочности можно обметать.

При стачивании верхнего шва рукава ткань надо сильнее растягивать, чтобы не стянуть шов строчкой. Заутюживать шов можно в сторону спинки или разутюживать на две стороны; в длинных и полудлинных рукавах этот шов можно утюжить от плеча «на ребро».

Если ткань, из которой вы будете шить, обладает сыпучестью, то делать подрезы и ластовицы не рекомендуется, так как в местах подрезов ткань быстро расползается. Ластовицу замените вставным бочком.

Модели с цельнокроеным рукавом показаны на рис. 58, 59, 60, 61, 62.

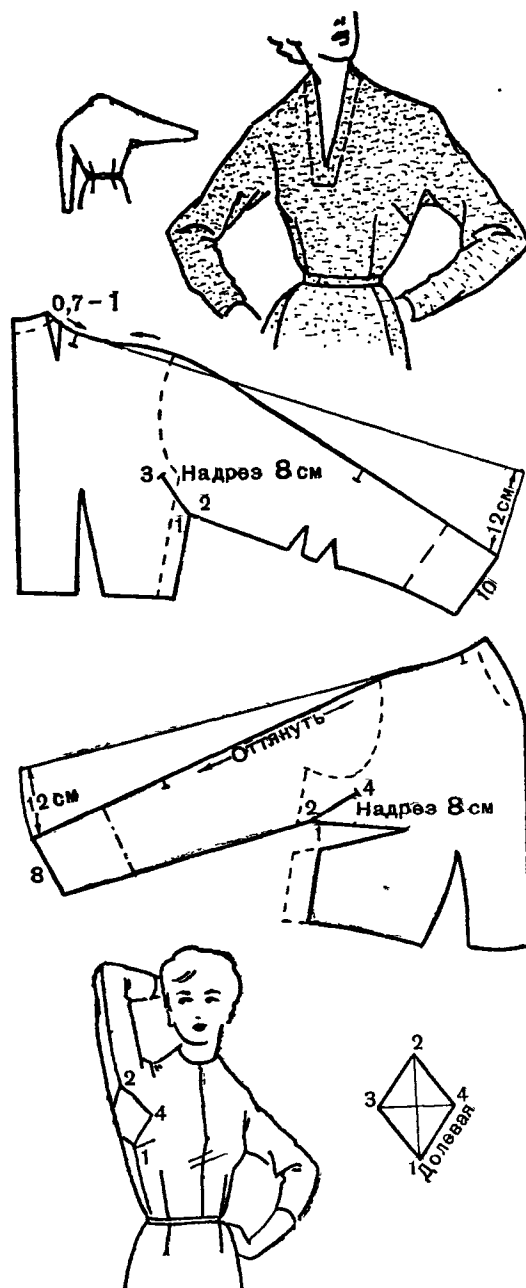


Рис. 60. Модель и чертеж блузки с длинным или полудлинным цельнокроеным рукавом и ромбовидной ластовицей. Конец полудлинного рукава обозначен на чертеже пунктиром. Вытачки смещены: одна под пройму, другая на талию. Длина подреза 8 см. Положение ластовицы в готовом лифе на фигуре показано на нижнем рисунке.

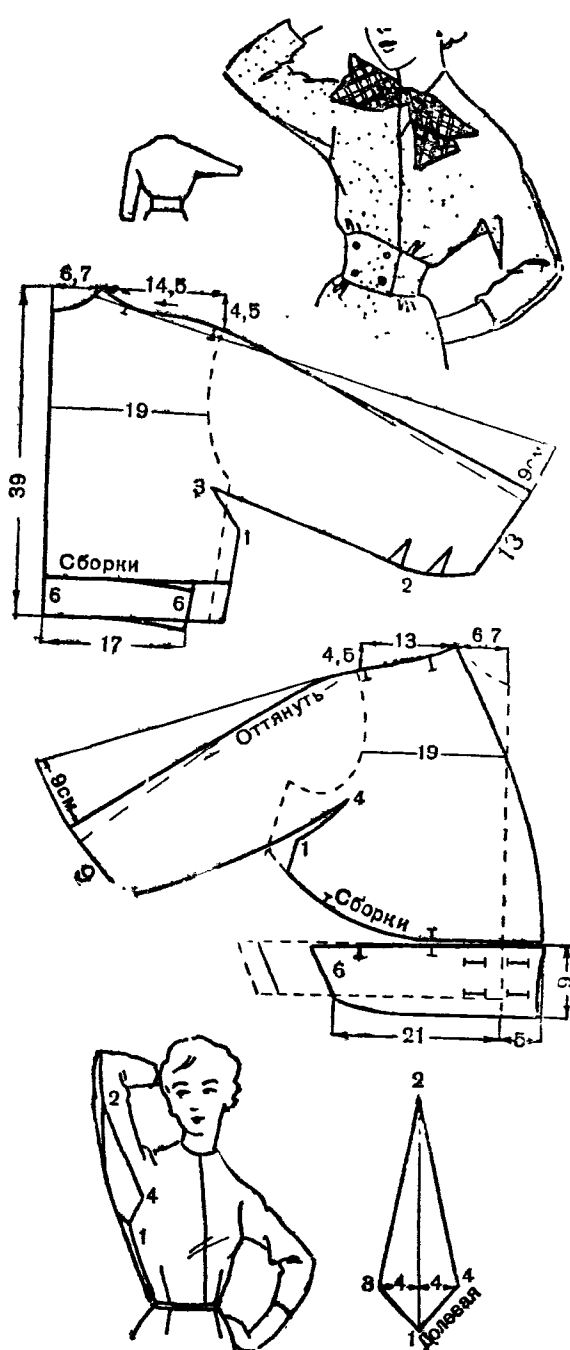


Рис. 61. Модель и чертеж блузки с полу-
длинным цельнокроеным рукавом и удлиненной
ластовицей, спускающейся до линии локтя. В ре-
зультате применения такой ластовицы ширина вы-
кройки рукава под проймой соответственно умень-
шается. Чтобы такой рукав был удобен при сгибе
руки, в нем предусмотрены вытачки. Правильное
положение удлиненной ластовицы в готовом лифе
на фигуре показано на нижнем рисунке.

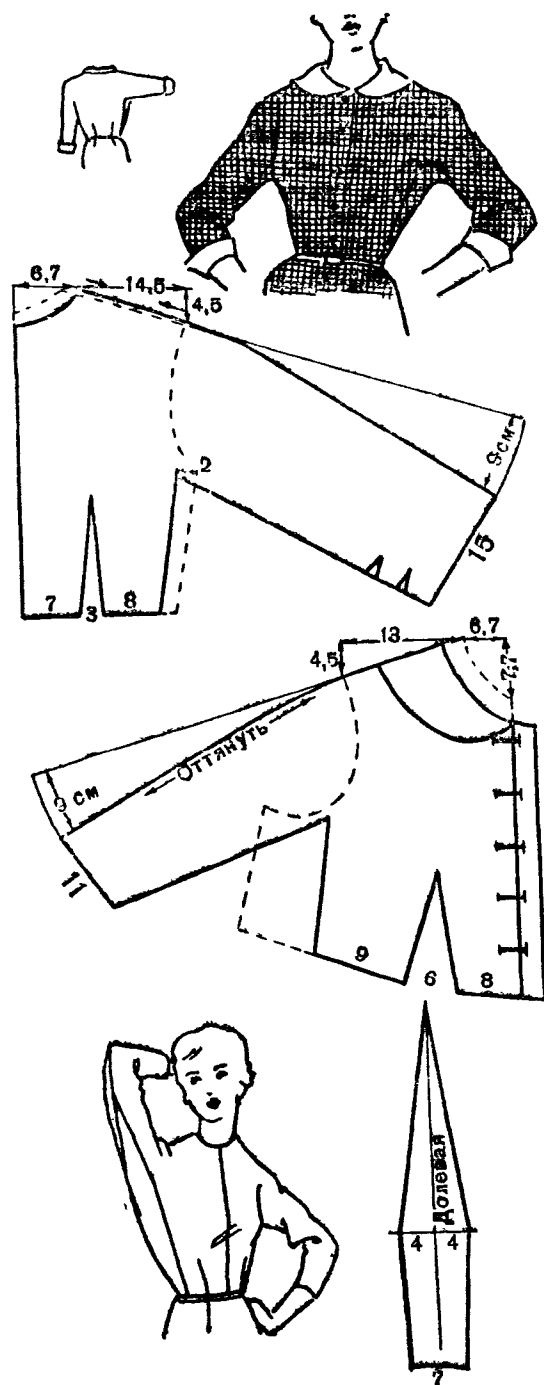


Рис. 62. Модель и чертеж блузки с полу-
длинным цельнокроеным рукавом и вставным бо-
чком, который переходит в ластовицы. Воротник лифа
круглый, вырез более открытый, чем в обычном
лифе. Вытачки перемещены вниз на линию талии.
Положение вставного бочка в готовом лифе на фи-
гуре показано на нижнем рисунке.

ПЛАТЬЕ НЕОТРЕЗНОЕ В ТАЛИИ

Платье неотрезное по линии талии (цельнокроеное) подчеркивает формы фигуры. Его носят без пояса.

Четкость формы достигается покроем: резко выраженными вытачками, вместо одной талиевой вытачки можно делать по две — как спереди, так и на спинке, рельефными швами, а также покроем боковых швов.

Формы и крои этих платьев разнообразны: они могут быть с цельнокроеными рукавами и с втачными, с узкой юбкой и широкой.

Такое платье может быть выходным, для улицы и для работы, для курорта, а также нарядным — для театра или вечера. Оно может быть дополнено жакетом, шарфом, палантином.

Так как эти платья очень подчеркивают линии фигуры, выявляют грудь, талию, а при узком покрое и бедра, то в первую очередь надо позаботиться о белье: носить хорошей формы лиф и облегающий пояс (или грацию).

Для узких платьев следует выбирать тяжелые шелка, плотные крепы, легкие твилы и мягкие шерстяные ткани (рис. 63).

Если ткань неплотная, например вуаль, легкий креп, то для сохранения формы часть платья, наиболее деформирующуюся, следует делать на шелковой подкладке — «дублировать», то есть не подшивать ее к законченному платью, а кроить и стачивать вместе и швы и вытачки. Если ткань мнется или чрезмерно растягивается, подкладка держит нужную форму и этим предохраняет платье от деформации.

В широких платьях для сохранения формы следует применять нижние юбки, которые также предохраняют платья от сминаемости.

При широкой форме платья (модели на рис. 64 и 65) ткани надо выбирать более плотные, жесткие: для летних платьев — пике, полотно, хлопчатобумажный репс, поплин, тафту; для нарядных, выходных — тафту, муар, репс, парчу, плотные шелка.

Ткани, расползающиеся на швах и прозрачные, применять к любым видам цельнокроеного платья не следует.

Как в узких, так и в широких платьях можно делать застежку спереди до линии бедер или до самого низа. Применяя застежку, необходимо следить за расположением пуговиц и намечать их по фигуре, что-

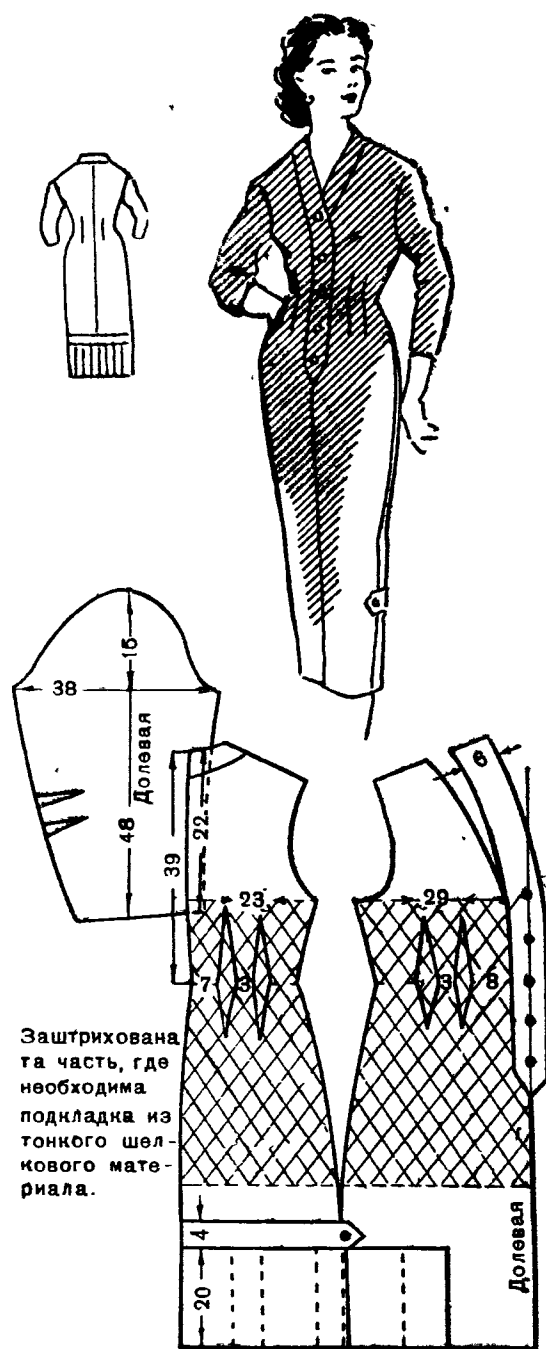


Рис. 63.

бы одна из пуговиц находилась обязательно на талии.

Так как пояс в платьях отсутствует, надо внимательно относиться к подчеркиванию талии. Неверная постановка пуговицы немедленно отразится на всей форме в целом.

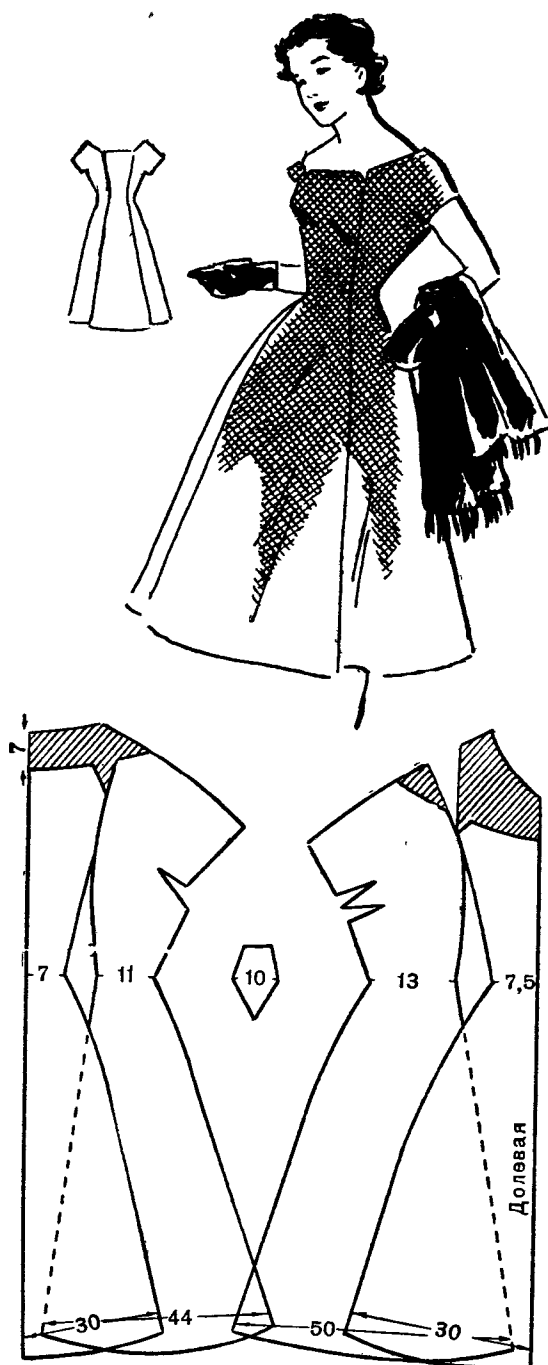


Рис. 64.

Платья такой формы можно носить не только стройным девушкам, но и полным. В последнем случае не следует чрезмерно обтягивать фигуру.

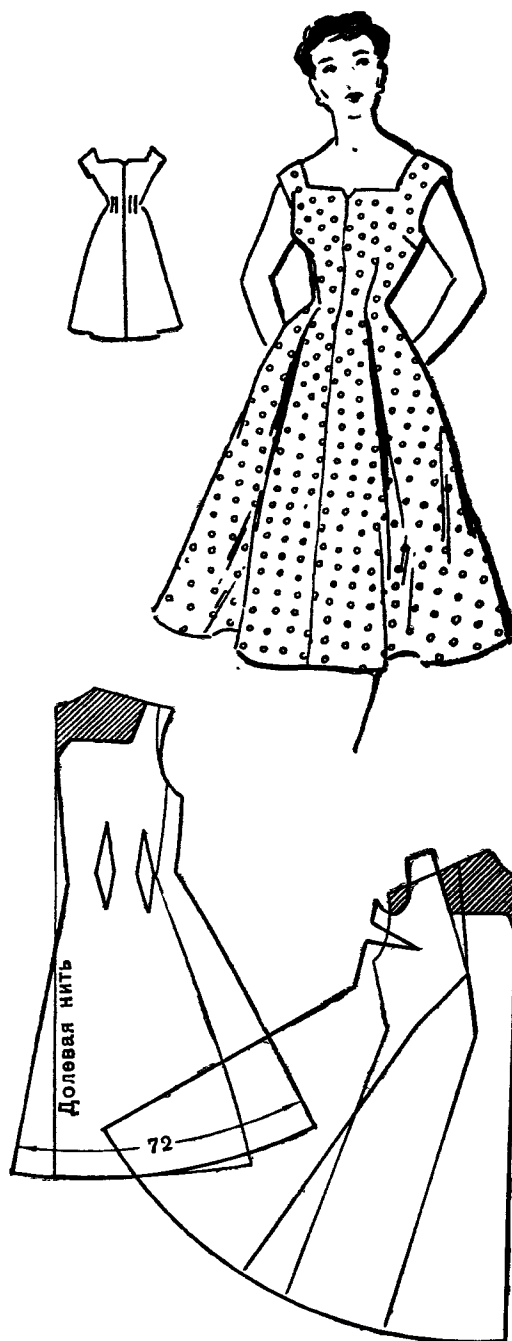


Рис. 65.

Платье прямое или слегка расклешенное книзу, с вертикальными швами и рельефами делает фигуру более стройной и подтянутой.

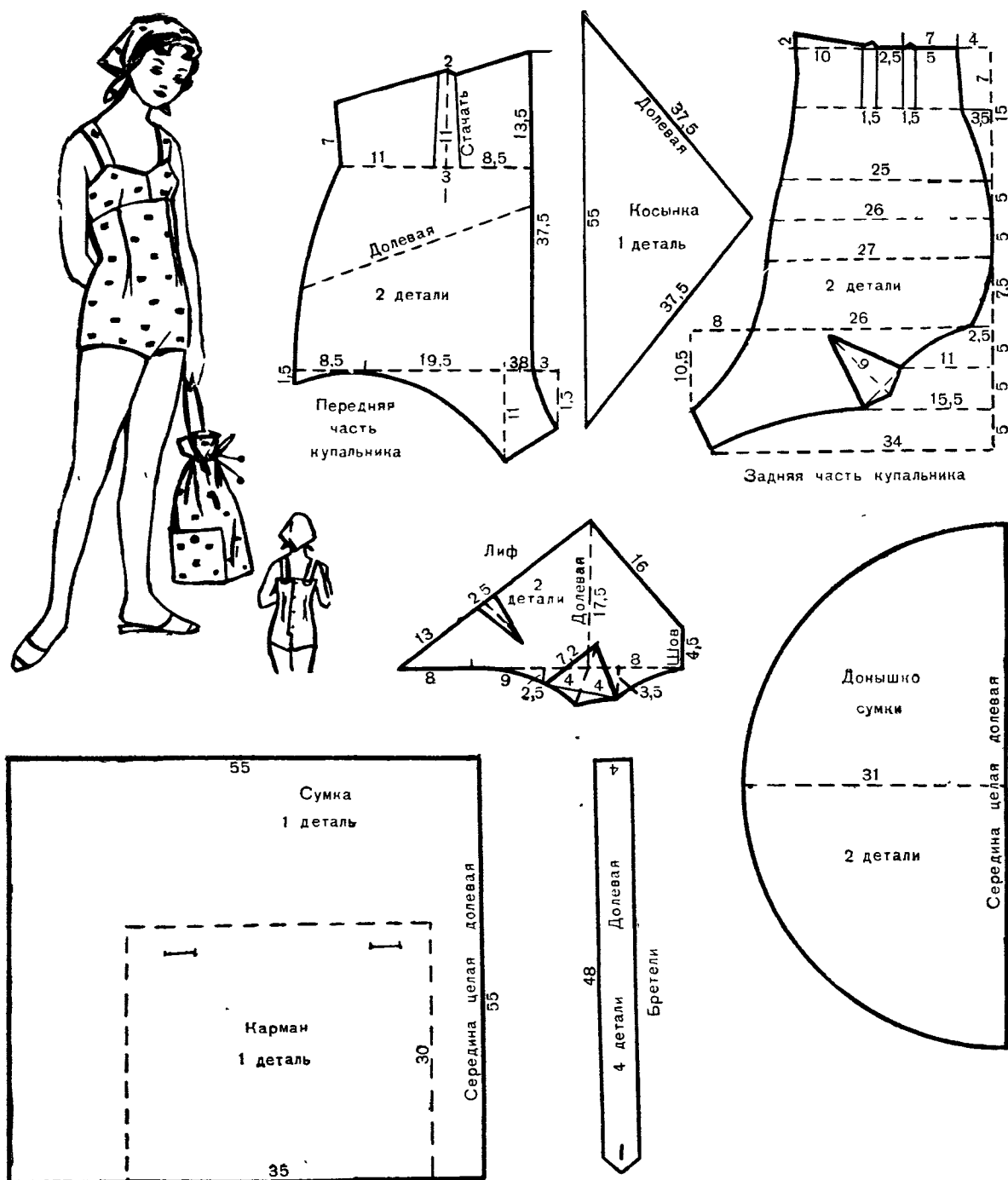


Рис. 66. Для лета каждая женщина должна иметь купальник, который может быть шит из плотной хлопчатобумажной ткани, сатина или бязи и т. д. Предлагаемый купальник (размер 46-й) шьется по фигуре и придает ей стройность. Короткие трусики купальника и узкие бретели не стесняют движений при плавании. К такому костюму можно шить косынку на голову и большую удобную сумку для полотенец.

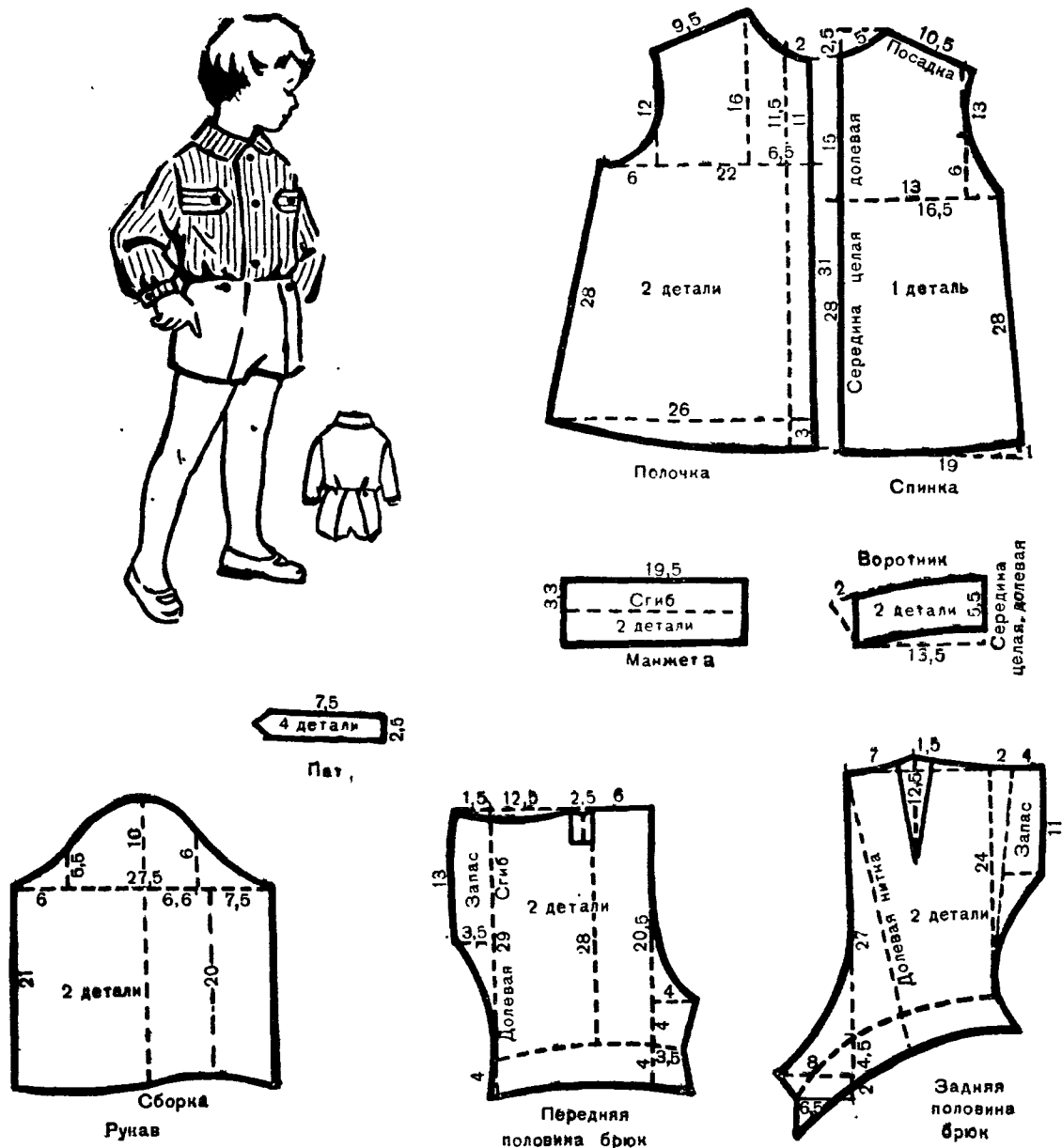


Рис. 67. Живому и подвижному малышу-мальчику необходимы легкие и удобные короткие штанишки и свободная, не стесняющая движений рубашка.

На рисунке показаны легкие короткие брючки из льняной ткани, хлопчатобумажного репса, рогожки или из шерсти (размер 24-й). Штанишки пристегивают на пуговицы к хлопчатобумажной рубашке из фланели, со свободным рукавом.

Хлястики сделаны в виде карманчиков из поперечной ткани.

Рубашку можно шить из легкой ткани с коротким рукавом. Тогда этот костюм может стать летним.

Рис. 68 (к стр. 339). На курорте, в доме отдыха, за городом — всюду вы вспомните о такой удобной вещи, как платье-халат. Сочетая его в цвете с купальником или сделав платье-халатик с купальником из одной ткани, вы получите красивый пляжный ансамбль. Мы предлагаем платье-халат с круглым большим вырезом и маленьким цельнокроеным рукавчиком (размер 46-й). Довольно широкая —

Рис. 69. Расклевенное летнее платье-халатик покроя «реглан» из ситца или другой летней хлопчатобумажной ткани мелкого набивного рисунка имеет большие, удобные для ребенка накладные карманы.

Белый бантик у круглого ворота, продернутый через небольшой хлястик, и белые пуговицы застежки украшают его.

Застежка спереди очень удобна для маленьких детей.

Такое легкое в раскрое и пошиве платье может сшить своей дочке любящая мать, воспользовавшись несложной выкройкой, помещенной на чертеже (размер 24-й).

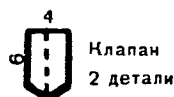
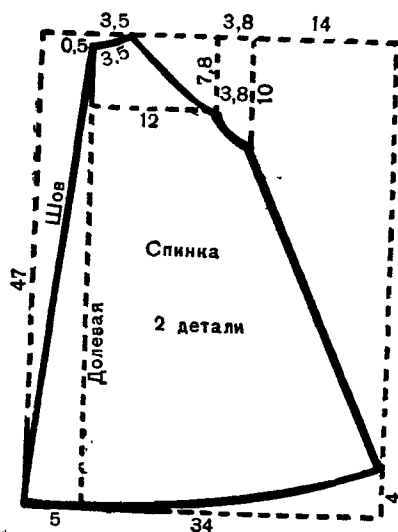
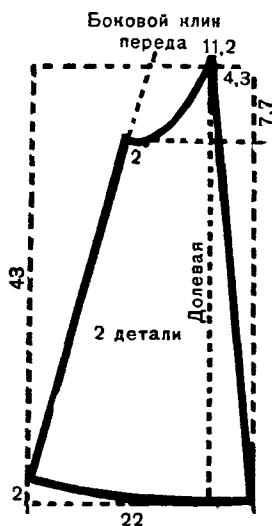
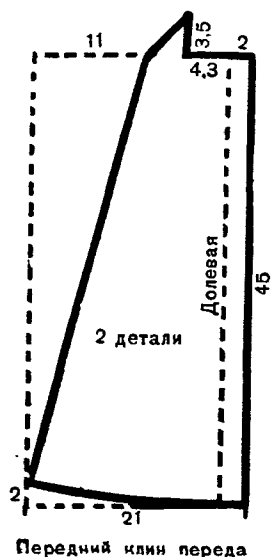


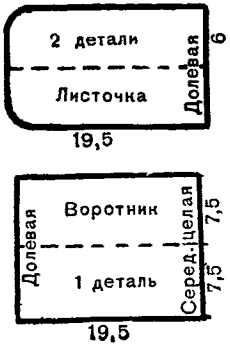
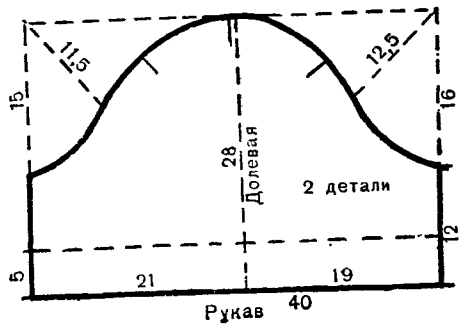
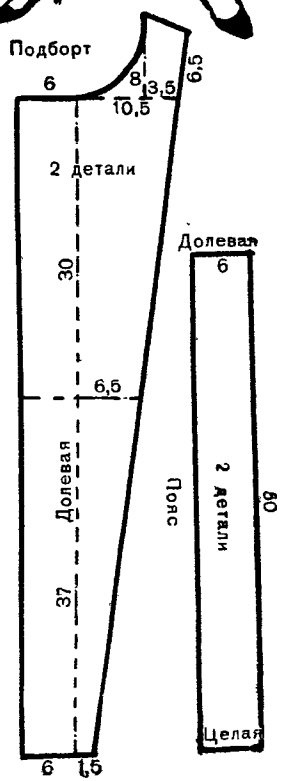
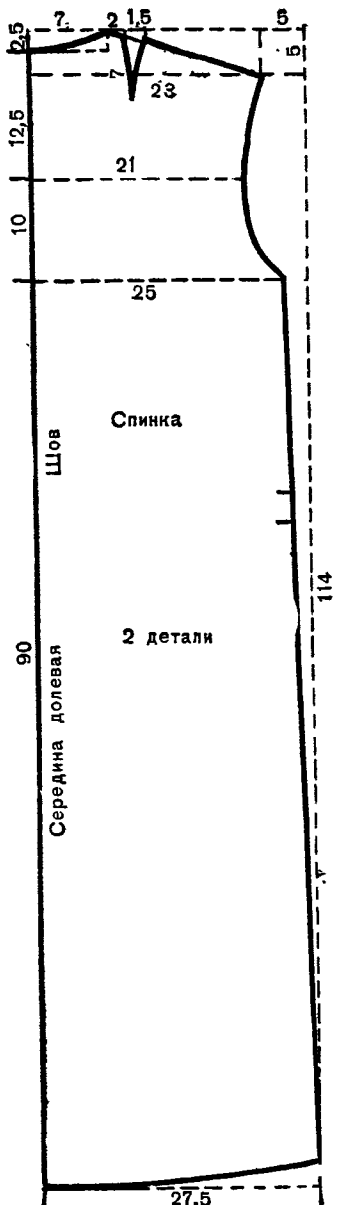
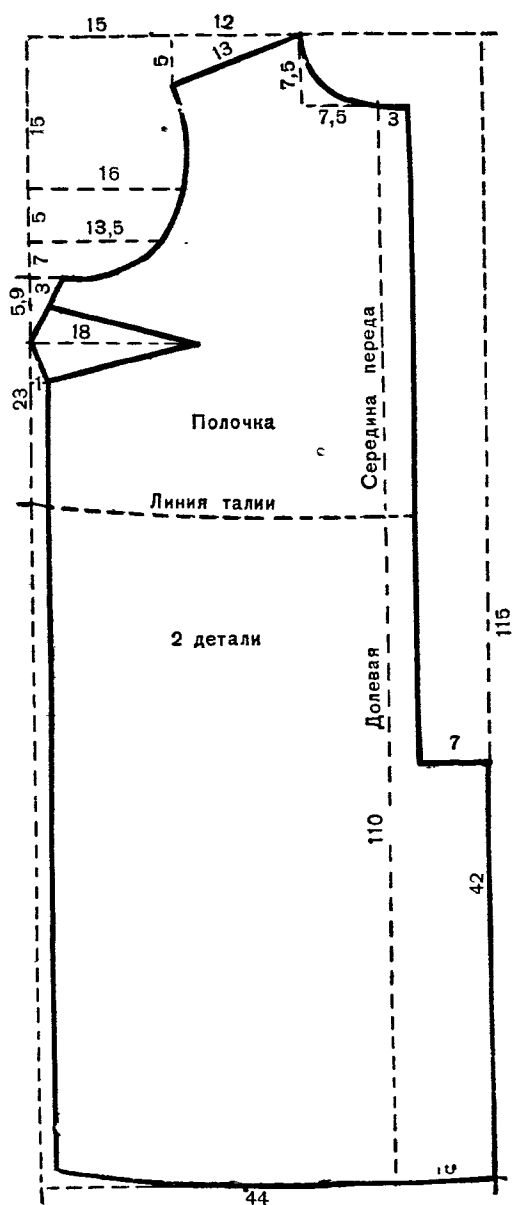
Рис. 70 (к стр. 341). Прямое, свободное, неотрезное в талии платье (размер 52-й).

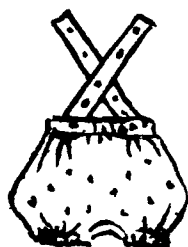
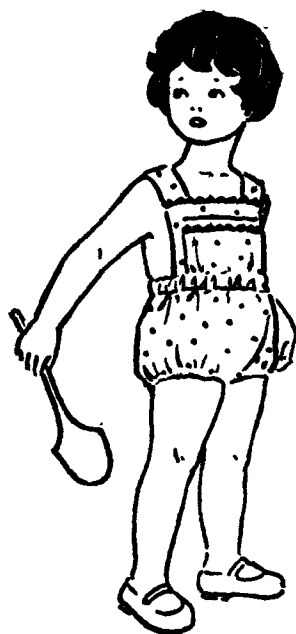
Рукав прямой, без сборок, свободнопадающая спинка, продольная планка, спереди переходящая в складку, — все это можно посоветовать полным женщинам, так как эти линии в одежде всегда удлиняют и делают фигуру более стройной.

Пояс продернут через отверстия в боковых швах и стягивает по талии лишь перед платья, оставляя свободнопадающую прямую спинку.

Карманы платья в виде листочек, под которыми проходит отделочная строчка, создающая впечатление накладных карманов.

Платье можно сшить из шерсти или тяжелого шелка.





Запас
под застежку

Бретелька

38,5

7,2	Сгиб	2 детали
3	Долевая	

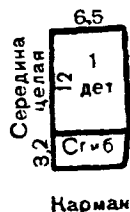
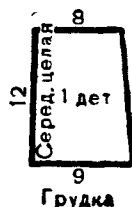


Рис. 71. Удобной и необходимой одеждой для малышей является песочник.

Это свободные штанишки, внизу на резинке или манжете, чтобы внутрь не попадал песок.

Часто песочник делают с грудкой на бретелях. В карман на грудке можно положить носовой платок. Если карман украсить аппликацией, а песочник сшить из яркого ситца или другой хлопчатобумажной ткани, он будет выглядеть очень нарядно.

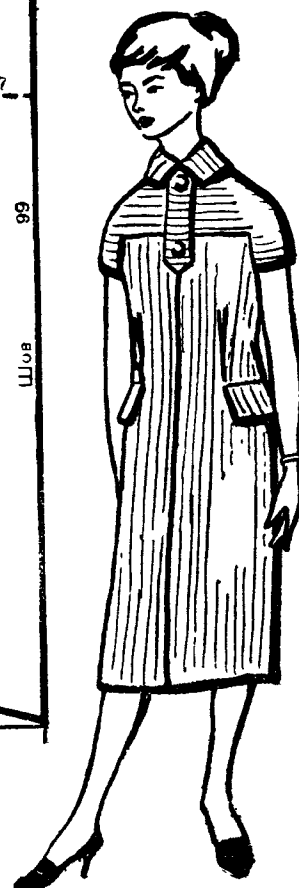
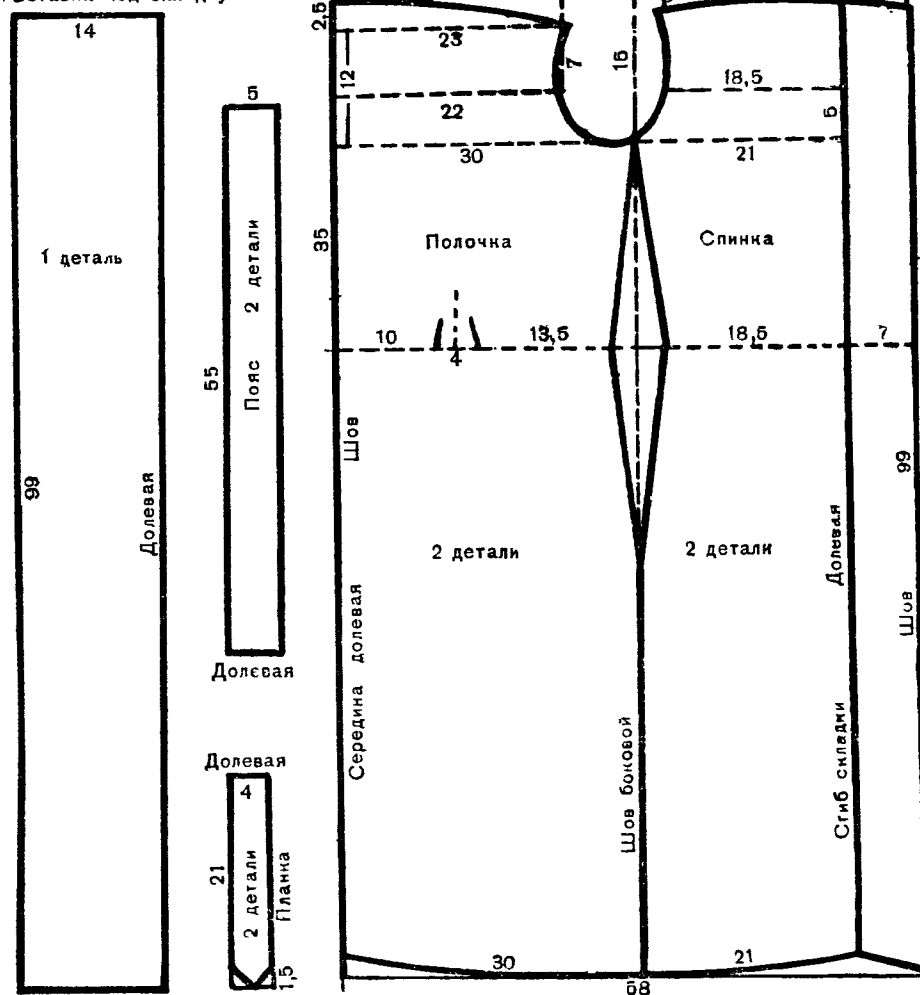
Рис. 72 (к стр. 343). Элегантны платья из полосатой ткани. Женщины любого возраста могут носить такие платья, все зависит лишь от цвета полосы. Так, более насыщенные, яркие хороши для молодых женщин, а сдержанные в цвете — для пожилых. При выборе фасона надо думать и о ширине полосы. К полным не идут широкие полосы. Очень важно, как решить полосатое платье, то есть как расположить полосу. Не следует увлекаться вычурными фасонами, многочисленными отрезными линиями, так как при шитье можно встретить большие затруднения в подборе полос. Фасон из такой ткани должен быть прост: сама полосатая ткань нарядна и эффектна.

На рисунке изображено платье неотрезной формы (размер 48-й). Цельнокроеный небольшой рукавчик платья спереди и сзади переходит в кокетку. Вытачки на платье делают его спереди прилегающим.

Застежка спереди в виде планки. Свободная, с широкой встречной складкой спинка сдерживается поясом, идущим от клапанов карманов.



Вставка под складку



Карманы и воротник отделаны цветной строчкой или тесьмой, сутажем, выюничком.



Предлагаемое платье удобно носить с купальным костюмом, особенно если спереди сделана застежка. Если купальный костюм хорошо сочетается в цвете с платьем, то они образуют удобный и красочный пляжный ансамбль. Размер предлагаемого платья-сарафана 46-й.

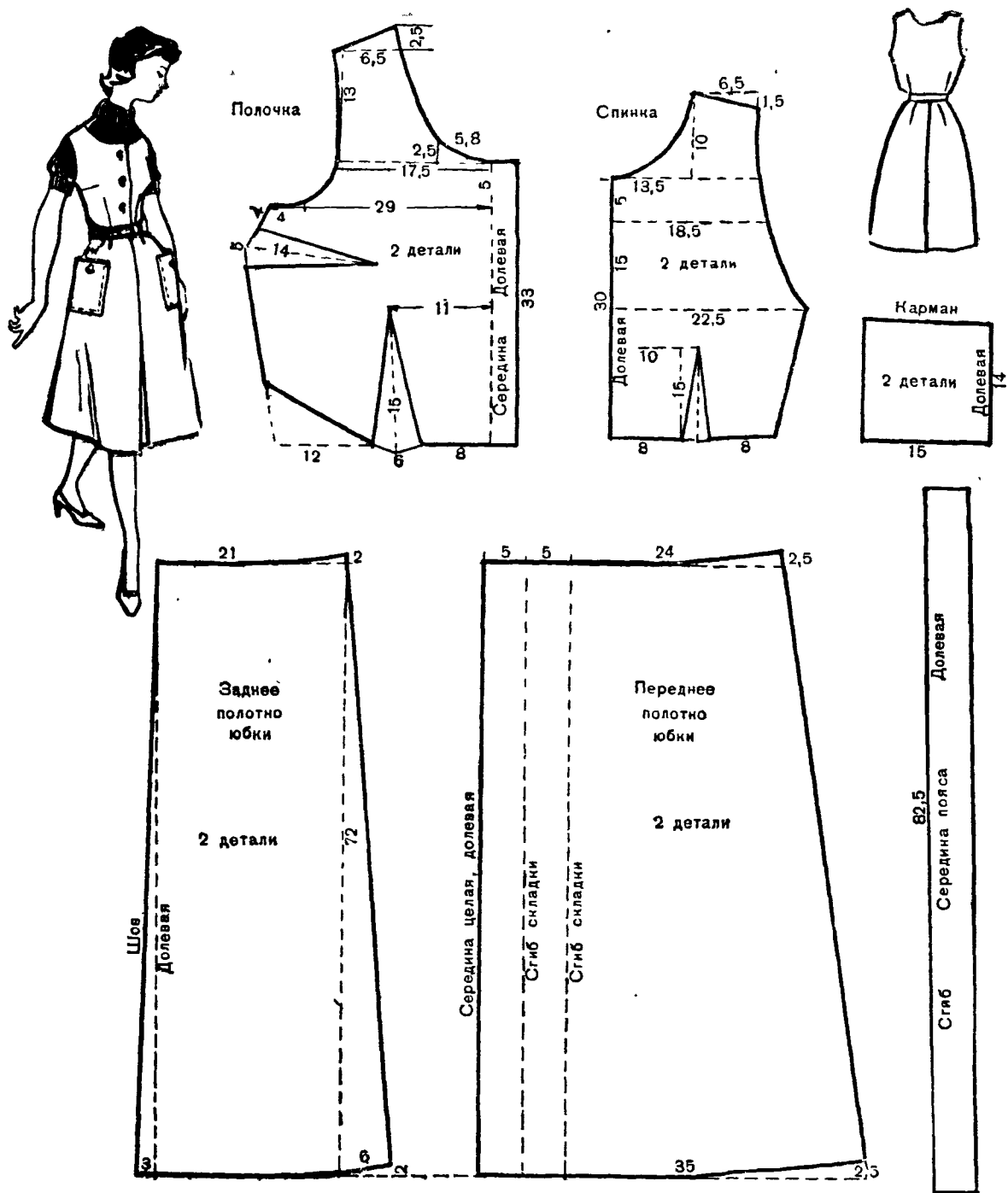
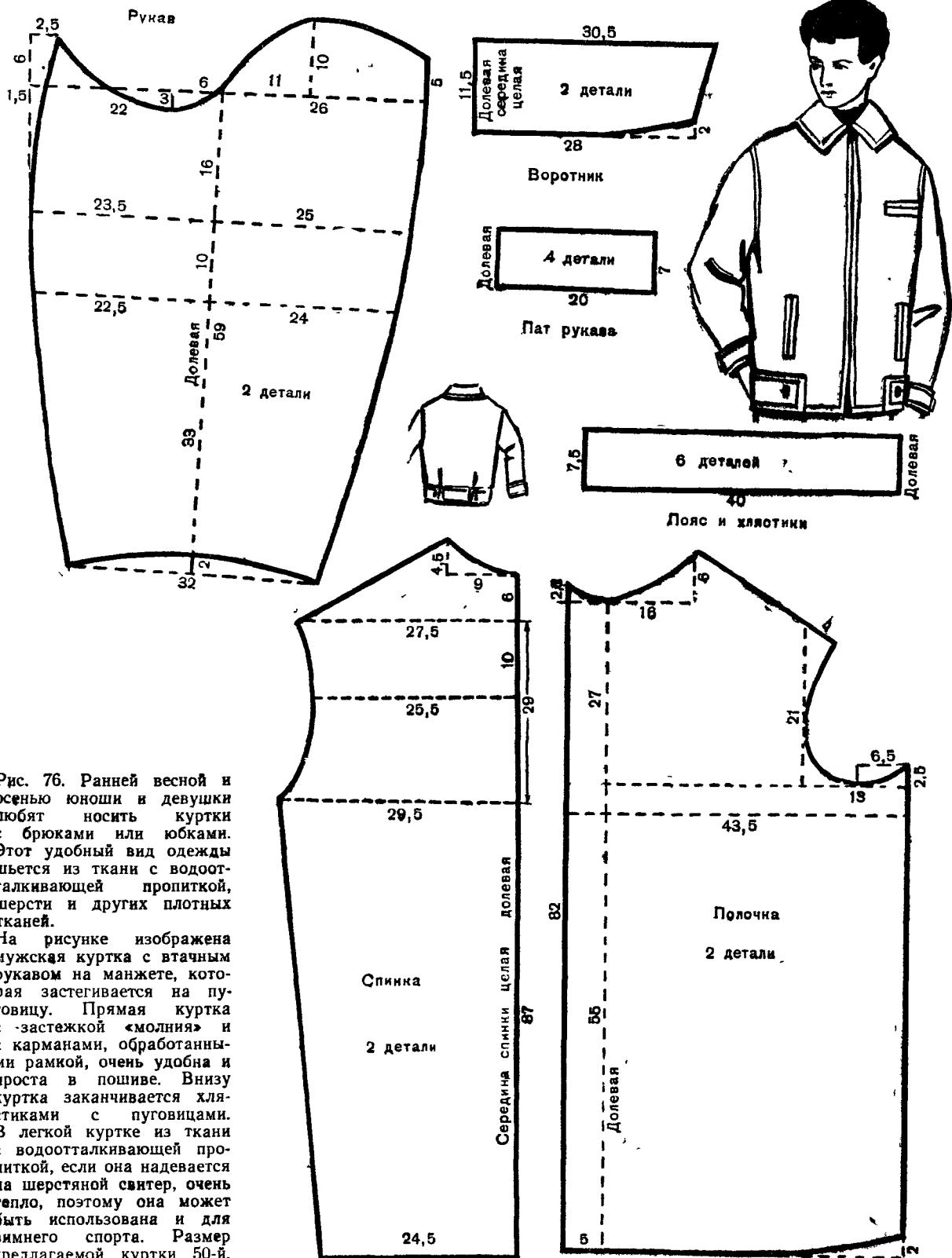


Рис. 75. Шерстяной сарафан прилегающей формы, с чуть расширенной колоколообразной юбкой. Глубокая заутюженная складка обогащает юбку и дает свободу движениям, а большие накладные карманы делают вещь удобной как дома, так и на службе.

Круглый большой ворот сарафана позволяет носить его только с кофточкой или свитером.

Такой сарафан можно сделать из поношенного платья. Размер сарафана 46-й.



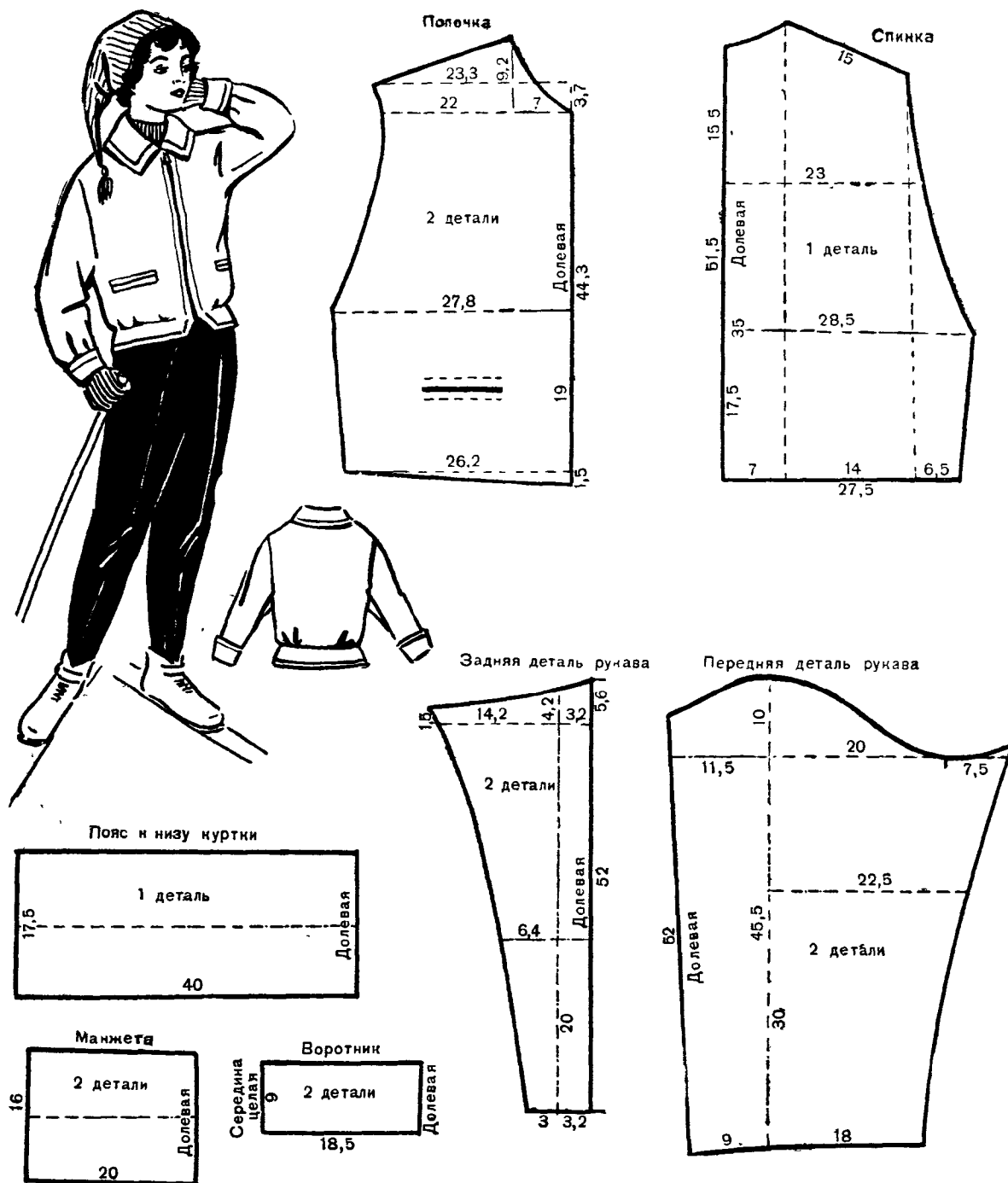


Рис. 77. На рисунке дана женская куртка свободной формы с карманами на «молниях» (размер 46-й). Рубашечный покрой рукава не стесняет движения. Низ куртки образует небольшой напуск на пояс. Воротник, манжеты, пояс, застежки-«молнии» и карманы отстрочены сантиметровым швом. Такую куртку очень удобно надеть с брюками на каток или лыжную прогулку, а в сочетании с юбкой и свитером куртка может составить приятный городской ансамбль.

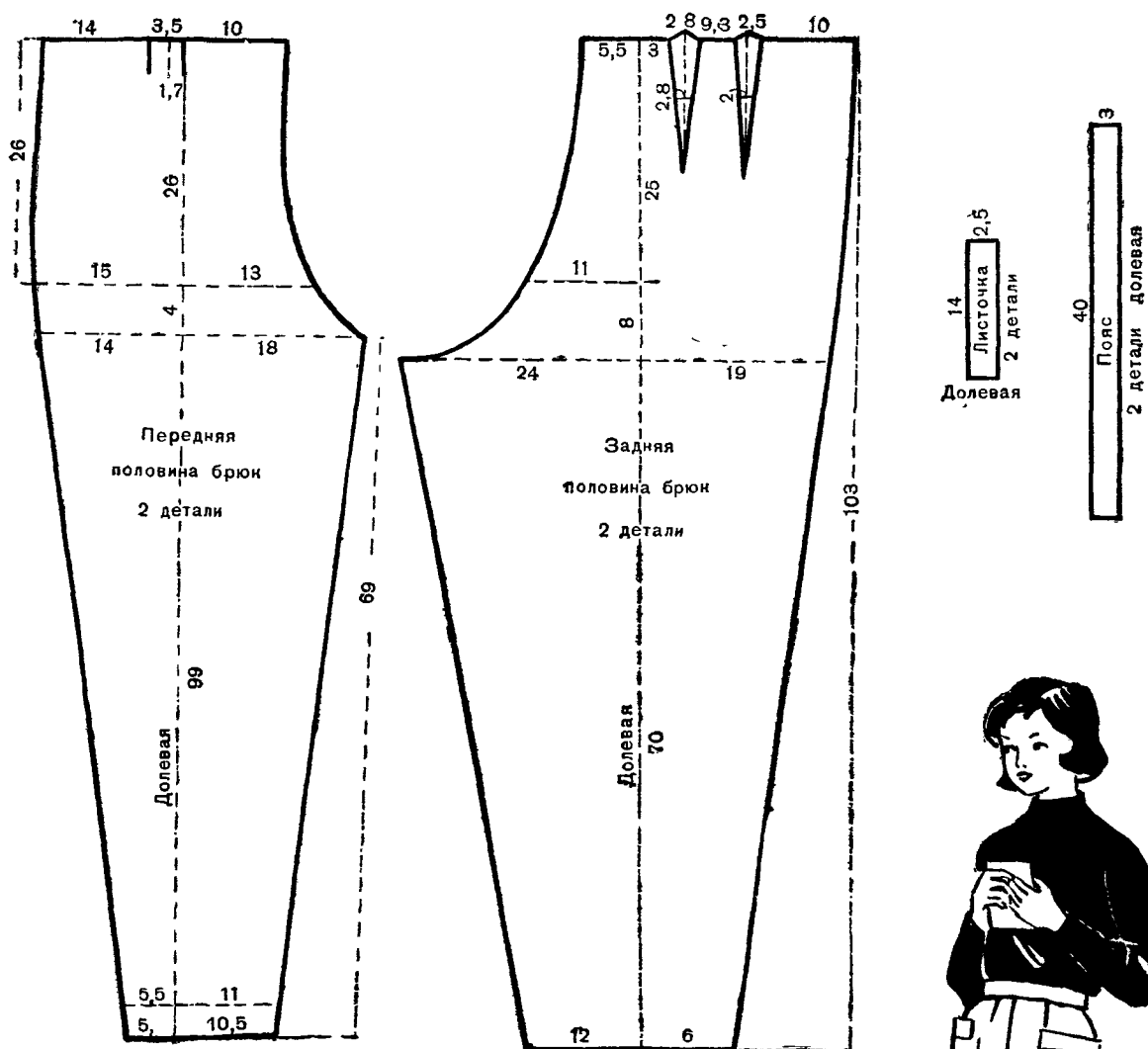


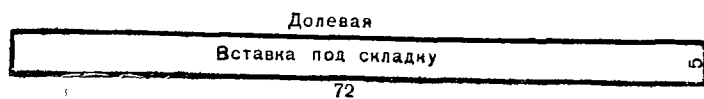
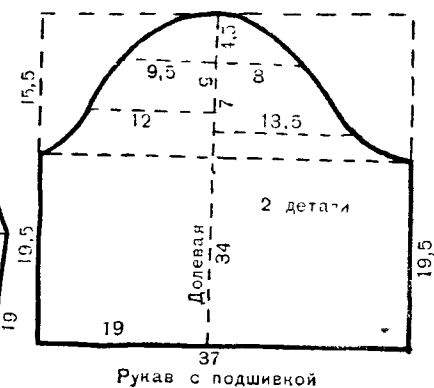
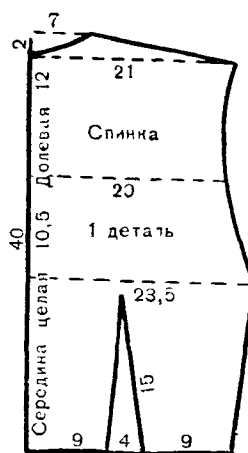
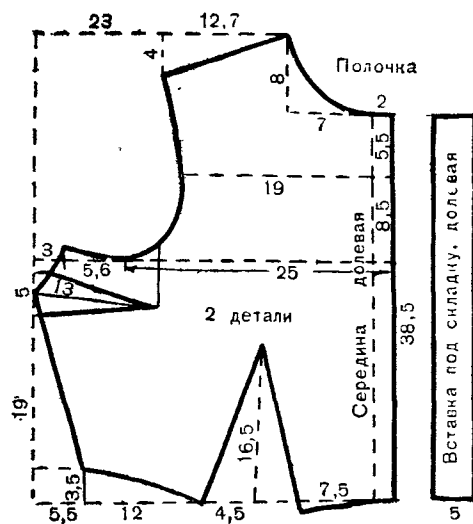
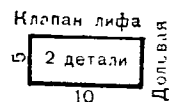
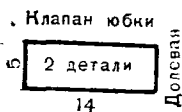
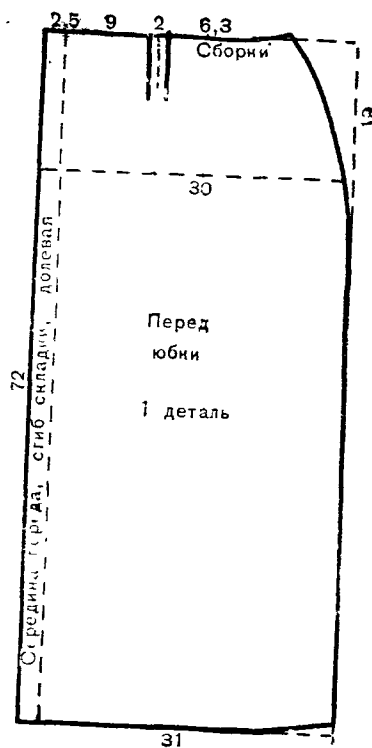
Рис. 78. Узкие брюки из хлопчатобумажной или штапельной плотной ткани — незаменимая принадлежность дорожного гардероба женщины. Удобны они для уборки комнат дома.

В брюках удобно в поездах, машинах, лодках. Если вы думаете в брюках кататься на велосипеде, делайте их недлинными, чтобы не задевать сцеплений.

Спортивные брюки шейте из теплой ткани с начесом или плотной шерсти, при этом в низках брюк от боковых швов под ступню можно протянуть резинку, которая будет держать брюки.

Брюки обычно идут стройным женщинам. На рисунке дана выкройка брюк 46-го размера.





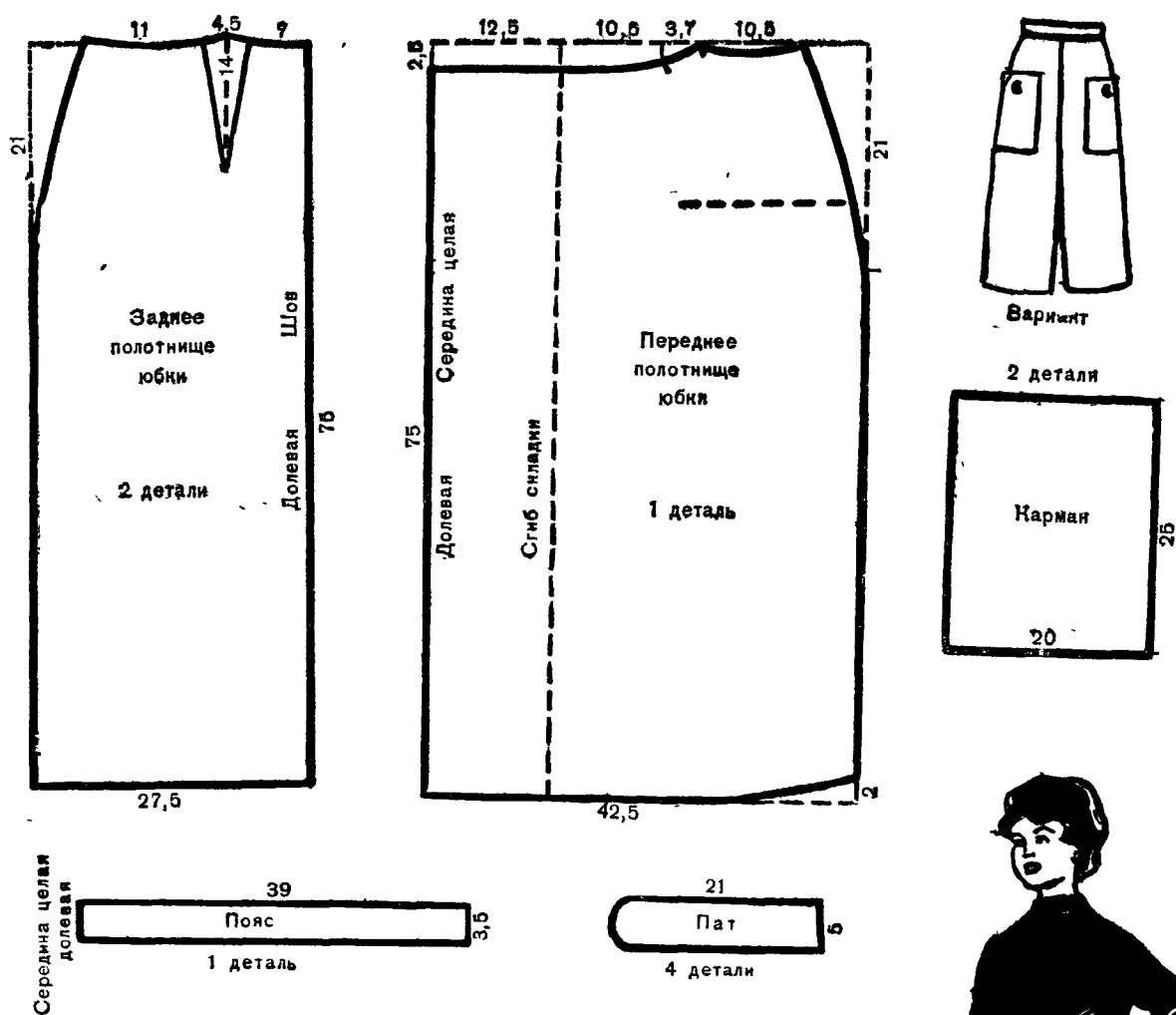


Рис. 80. Юбка спортивного типа, с широкой заутюженной встречной складкой и двумя клапанами спереди, со швом сзади (размер 48-й).
Такую юбку легко сшить из нового материала или переделать из поношенных вещей: платья, пальто и т. п.



Рис. 79 (к стр. 350). Отрезное в талии платье для работы из шерсти, плотного шелка или хлопчатобумажной ткани. Строгий прилегающий лиф и прямая трехшовная юбка отделаны отлетной застроченной складочкой и двумя асимметрично расположенными карманами с клапанами. Две большие плоские перламутровые пуговицы украшают платье и оформляют застежки ворота и пояса.

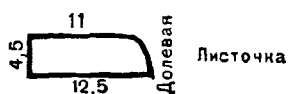
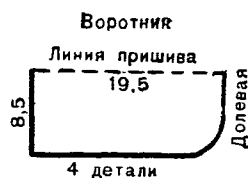
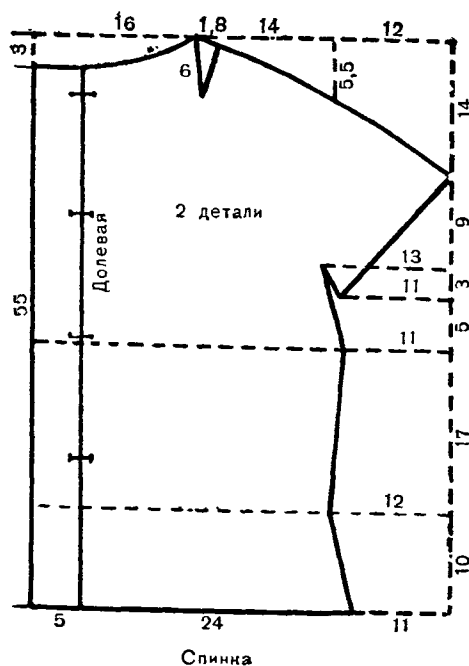
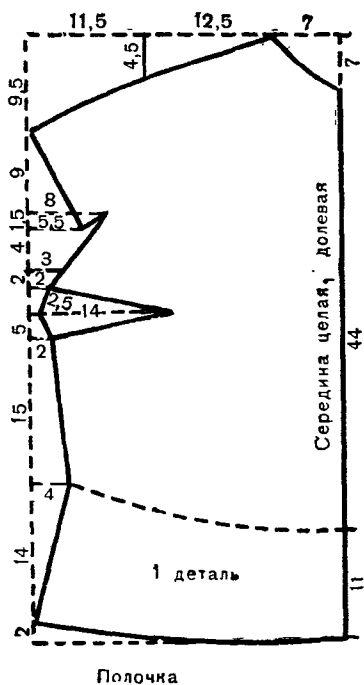


Рис. 81. Предлагаемые блузки на рисунках 81 и 82 просты по крою и удобны в носке (размер 48-й). Одна, более легкая, с коротким цельнокроеным рукавом, выполнена из полосатой ткани. Клапаны карманов и круглый небольшой воротник отделаны белым сантиметровым кантиком. Застегивается блузка сзади на пуговицах.

Блузка с втачным рукавом $\frac{3}{4}$ может быть хлопчатобумажная, из легкого шелка или шерсти.

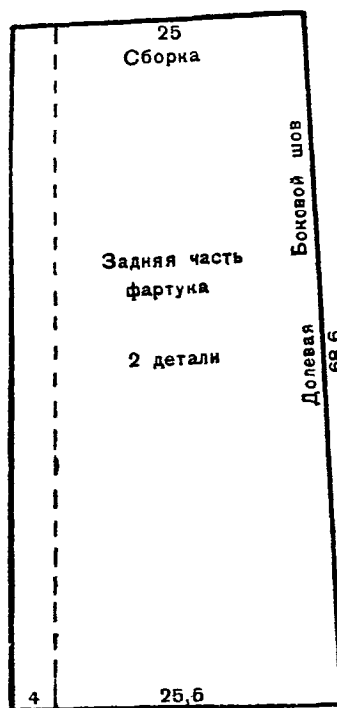
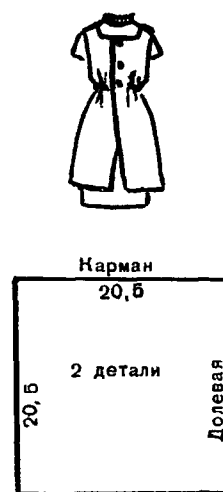


Рис. 83. Фартук из хлопчатобумажной ткани с большими накладными карманами, по талии стянут резинкой.
Застежка сзади на три пуговицы.
Такой фартук очень удобен для работы дома или в саду.
Его можно сшить из старого платья.

КАК НАУЧИТЬСЯ ВЯЗАТЬ

Вязанье — одно из самых простых рукоделий. Имея шерсть, крючком или спицами каждый может связать себе шарф, косынку, варежки, кофточку и другие теплые вещи. Ознакомимся сначала с вязаньем крючком.

ВЯЗАНИЕ КРЮЧКОМ

Вязать крючком можно из шерстяных и простых ниток. Из шерсти обычно вяжут верхние вещи, из простых ниток — кружева, салфетки, покрывала.

Когда наступают холода, так приятно надеть под пальто теплый мягкий шарф! Вот и начнем ваше обучение с вязания теплого шерстяного шарфа.

Подберите не очень толстые шерстяные нитки, выберите себе крючок. Они бывают деревянные, костяные или железные. Крючок не должен быть очень острым и толстым.

Для одного шарфика достаточно от 30 до 50 г ниток в зависимости от толщины и качества шерсти. Перед тем как начать вязать, нитки надо смотать в клубок. Наматывают их легко, не затягивая, чтобы шерсть не вытягивалась, не потеряла своей **эластичности**, осталась мягкой, пышной, упругой.

Первое, чему следует научиться, — это делать петлю.

Взяв конец нитки от клубка, перекиньте его через указательный палец левой руки,

средним и безымянным пальцами слегка прижмите обе нитки к ладони. В правую руку возьмите крючок, как берут карандаш или перо, — между большим и средним пальцами, а указательным придержите его сверху (рис. 84). Крючком подденьте нитку на указательном пальце левой руки и сделайте полный оборот влево, придерживая петлю под крючком большим пальцем.

На крючке получится перекрученная нитка. Не спуская ее с крючка, подхватите крючком еще раз нитку на указательном пальце левой руки (рис. 85), протяните ее через образовавшуюся петлю и затяните. Получится новая петля. Это первая петля, которая всегда служит началом вязания. Она должна свободно лежать на крючке, а под крючком должна быть туго затянута. Нужно это для того, чтобы другие петли легко проходили через нее.

Для последующего вязания нитку оставляют лежать, как и вначале, на указательном пальце левой руки. Сделанную петлю придерживают большим и указательным пальцами, свободную нитку от клубка придерживают третьим и четвертым пальцами той же руки.

Продолжая вязание петля за петлей, мы делаем воздушные петли, которые дают основу всякого вязанья — косичку.

Косичку делают различной длины в зависимости от намеченной работы. Для шарфа пусть она состоит из сорока пяти воздушных петель. Можно сделать их боль-

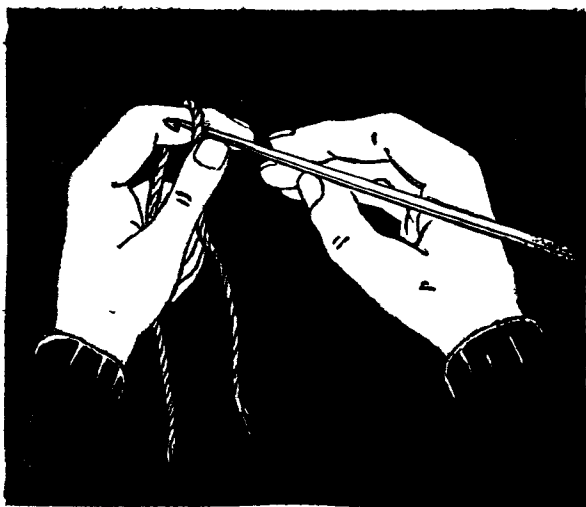


Рис. 84.



Рис. 85.

ше и меньше. Связанная косичка и будет служить шириной шарфа.

Косичку, состоящую из воздушных петель, вяжут так: крючком, на котором уже имеется первоначальная петля, подхватывают снизу нитку, лежащую на указательном пальце, и протаскивают в первоначальную петлю. Получается вторая петля. Так же делают третью, четвертую, пятую и так до сорок пятой.

Теперь перейдите ко второму ряду. Закончив сорок пятую петлю, сделайте еще одну и крючок с последней петлей пропустите в предпоследнюю петлю косички. Подхватите опять нитку с пальца и на крючке получите две петли. Снова захватите нитку с пальца и проташите ее через обе петли. Полученная петля должна быть совершенно свободной, чтобы не затянуть второго ряда. Второй ряд петель доведите до конца. Потом опять делайте поворот, как и предыдущий раз, и начните третий ряд. Так продолжайте ряд за рядом до желаемой длины шарфика.

Это самый простой способ вязания — плотными петлями, или низкими столбиками. Но можно связать шарфик другим способом — высокими столбиками.

Высокими столбиками называется вязание с накидкой. После сорок пятой петли на косичке, сделав поворот, свяжите две воздушные петли. Подхватите нитку на указательном пальце слева и введите крючок в третью петлю от крючка. Одна петля после поворота заменит первый столбик, а вторая послужит ему основанием. После этого выведите нитку из петли. На крючке образуются три петли. Подхватив опять одну нитку слева, выведите ее из двух петель (на крючке две петли). Еще раз подхватите нитку, снова выведите ее из двух последних петель. Следующий столбик сделайте так: крючком подхватите нитку на указательном пальце, потом следующую свободную петлю на косичке и нитку протяните. Еще раз подхватив нитку, проведите ее через две петли и в последний раз подхватите нитку с пальца и провяжите имеющиеся на крючке две петли. Вот и получился второй столбик после поворота.

Вязать столбиками можно ряд за рядом. Если вязку надо сделать плотной, то захватывайте обе петли верхнего ряда. У столбиков верхний край такой же, как и у плотных петель. Если нет необходимости в большой плотности, подхватывайте одну петлю верхнего края.

Если вы хотите связать шарф из цветных полос, берите шерсть разной расцветки и каждый цветной ряд вяжите отдельно. Для этого надо привязывать новую цветную нитку к нитке в конце ряда. Нитку в конце каждого ряда обрезают и пропускают через последнюю петлю. Этим же способом (пропускание нитки через последнюю петлю и затягивание) заканчивайте любое вязание крючком.

Вот главные первоначальные правила работы. Теперь можно приступать к вязанию различных простых вещей.

КОНВЕРТИК ДЛЯ НОСОВЫХ ПЛАТКОВ

Приготовьте для работы бумажные нитки кроше — лучше всего цветные. Крючок для этого вязанья берите толстый, железный.

Вязать конвертик можно плотными петлями. Начните вязание с воздушной петли. Она послужит основанием. В нее вяжите три плотные петли. Начиная второй ряд, в обе крайние петли вяжите по две плотные, а в среднюю — одну петлю. Будет пять петель в ряду.

Чтобы получился ровный квадрат, делайте в каждом последующем ряду то же самое, то есть в крайние петли вяжите по две петли, а в остальные по одной (при любой вязке).

Довязав до намеченной ширины квадрата, начните убавлять петли. Для этого в начале каждого ряда пропускают одну петлю, а в конце ряда пропускают предпоследнюю петлю. Когда на крючке остается одна петля, поворачивают работу, захватывают вторую петлю от края и продолжают вязать, пропуская по две петли в каждом ряду. Убавлять число петель можно только за счет второй и предпоследней петель в конце ряда.

КОСЫНКА

Для косынки берут толстый крючок и тонкую шерсть, чтобы вязка была воздушной. Петель затягивать не следует. Сначала вяжут косичку длиной около метра. Со второго ряда косынку вяжут любой вязкой, спуская по одной петле с каждой стороны. Можно вязать из однотонной шерсти или полосками разных цветов, привязывая новую нитку к началу ряда. По окончании косынку обвязывают рядом плотной вязки любого цвета.

Шапку вяжут любой плотной вязкой, из любой шерсти, соответствующим крючком. Сначала вяжут шарфик длиной с окружность головы, шириною 20—25 см. Его сшивают сбоку. Наверху, отступая 10 см от края, продевают шнурок и собирают гребешком. На конце шнурка можно сделать помпоны.

Для шапочки хороша вязка ракушками.

Начните, как обычно, с косички. Крючок с последней воздушной петлей проденьте в соседнюю, основную, петлю косички, подхватив нитку с пальца. Еще раз, захватив нитку с пальца, проведите ее в две петли на крючке. Опять подхватите крючком нитку с пальца и пропустите теперь в одну петлю на крючке. В образовавшуюся под последней петлей плотную петлю проведите крючок и подхватите нитку с пальца. На крючке образовалось две петли.

Теперь в последнюю петлю нижнего ряда, где было две петли, пропустите с левой стороны крючок, подхватите нитку с пальца. На крючке образовалось уже три петли.

Не спуская с крючка этих трех петель, пропустите крючок в петлю основного ряда, подхватите нитку с пальца. На крючке образовалось четыре петли. Пропустите крючок через петлю основного ряда. Подхватите нитку с пальца. Теперь на крючке пять петель. Подхватите еще одну нитку и пропустите ее сразу через все пять петель. На крючке остается одна петля. Снова подхватите нитку с пальца и пропустите через полученную только что петлю. Вернулись к первоначальному положению — на крючке одна петля.

Начните следующую ракушку.

Снова вкалывают крючок в основание верхней петли, протягивают нитку — на крючке две петли, вкалывают в следующую, нижнюю, петлю, протягивают нитку — на крючке три петли, вкалывают в основание предыдущей петли — на крючке четыре петли; и через одну в основании проводится нитка, а через пять образовавшихся петель на крючке проводится нитка с пальца. Опять на крючке одна петля. Закончена вторая ракушка. Так вяжут до конца ряда.

Следующий ряд начинают так: при повороте вкалывают крючок в основание петли, находящейся на крючке. Через получившиеся две петли проведите опять нитку с пальца, снова подхватите нитку и проведите через оставшуюся одну петлю. Получится

первоначальное положение для вязки ракушки.

Верх и низ шапочки обвязывают плотной вязкой. Шапочку можно украсить помпоном.

Есть еще одно красивое вязанье, которое отличается от предыдущих тем, что на крючке делается большое количество петель. Ряды вяжут назад и вперед. Вязка получается плотная и упругая. Крючки для этого вязанья берут длинные и прямые, без утолщения.

Начните вязку, как обычно, с воздушных петель. Свяжите косичку. Не накидывайте лишней воздушной петли, а сразу с последней петлей введите крючок во вторую петлю и под нитку на палец. Выведите захваченную крючком нитку из петли и снова введите в следующую петлю и под нитку. Так, нанизывая нитки на крючок, идите до конца цепочки. На крючке скапливается большое количество петель.

В обратном направлении вяжут так: подхватив нитку, выведите ее из первой слева петли. Потом опять подхватите нитку и проведите ее через две петли.

Так провяжите весь ряд в обратном направлении, спуская постепенно все петли с крючка. Когда на крючке останется только одна петля, снова начните их набирать. При этом захватывайте не горизонтально лежащие нитки, а те, которые расположены вертикально.

ДЕТСКИЕ БАШМАЧКИ

Для малыша, который еще не начал ходить, но охотно ползает, можно связать красивые теплые башмачки.

Сначала свяжите косичку в пять петель. Шестой воздушной петлей сделайте поворот и начните обвязывать косичку с обеих сторон. Прибавляйте в последнюю петлю каждого края еще по три петли. Вяжите свободно, не затягивая петлю. С такой прибавкой петель свяжите семь рядов. После этого продолжайте вязать мешочек, уже не прибавляя петель. Это будет еще пять рядов. Затем провяжите половину ряда и, сделав воздушную петлю, поверните обратно и на эти тринадцать петель навяжите еще десять рядов. Петли последнего, десятого, ряда соедините вместе и провяжитесь два ряда на круг вместе с оставшимися тринадцатью петлями.

Вот у вас закончена нижняя часть башмачка. Пяточку нужно зашить.

Теперь следует связать верх башмачка.

После верхних двух рядов провяжите воздушную петлю, накиньте одну петлю на крючок и вколите крючок через одну петлю. Теперь провяжите ее и все оставшиеся петли на крючке. Получится столбик. В ряд дырочек, которые образовались при этом, следует продернуть шнурочек или связанную из шерсти косичку с кисточкой на конце.

После ряда столбиков продолжайте вязание обычной плотной вязкой, сохраняя двадцать пять — двадцать шесть петель. Если ножка у ребенка полная, то количество петель можно увеличить.

Закончить башмачок следует фестонами.

Фестоны делают так: вяжут четыре-пять воздушных петель и крючок вкалывают в соседнюю петлю; снова вяжут пять воздушных петель и опять крючок вкалывают в следующую петлю. Каждые пять петель образуют фестон.

В провязанные дырочки башмачка можно продернуть ленточку или шнурочек с кисточкой.

ВЯЗАНИЕ НА СПИЦАХ

Вязание на спицах сложнее вязания крючком. Здесь требуется больше внимательности и навыка. В основе этого вязания лежит счет петель.

Спицы — это длинные, совершенно прямые, круглые металлические, деревянные или костяные палочки. Выбирая их, помните, что они должны быть в полтора раза толще нитки, из которой предполагают вязать.

Разберем некоторые виды вязания на спицах.

Вязание бывает по кругу: так вяжут чулки, носки, перчатки, и прямое — для платка, шарфа, кофточки.

Прежде всего следует научиться набирать петли на спицы.

Условимся, что спица, находящаяся в правой руке, будет называться правой, а в левой руке — левой.

Вязание петель. Отмотайте от клубка нитку с расчетом того количества петель, которые лягут в основу вязания. Предположим, на обычную спицу намечено набрать шестьдесят петель. Это даст полную спицу петель, что составит по длине нитку, равную трем спицам, вытянутым в одну линию. Значит, начните с того, что

отмерьте от клубка нитку длиной в три спицы.

После этого возьмите отмеренную нитку в правую руку. Перекиньте нитку от клубка через первый сустав указательного пальца левой руки, обведите снизу и перекиньте нитку через большой палец так, чтобы она скрестилась между большим и указательным пальцами, а отмеренный конец нитки лег сверху.

Теперь приступите к нанизыванию петель. Вязка первого ряда петель отличается от всех последующих. Она делается двумя спицами, сложенными вместе. Это необходимо для того, чтобы первый ряд петель был свободным.

Сложите две спицы вместе и снизу вверх пропустите их под нитку вдоль большого пальца. Подхватите справа налево нитку, лежащую на указательном пальце, проташите ее через получившуюся петлю и крепко затяните у спицы. Это первая петля (рис. 86, 1). Затем обе нитки (от клубка и отмеренного конца) растяните между указательным и большим пальцами так, чтобы отмеренный кусок лежал на большом пальце и придерживался на ладони безымянным и мизинцем. Спицами, на которых уже имеется первая петля, подхватите нитку с большого пальца, то есть спицами проведите снизу вверх по большому пальцу в петлю (рис. 86, 2), и потом с указательного проташите ее через получившуюся петлю у большого пальца (рис. 86, 3) и затяните на спицах большим и указательным пальцами левой руки. Во время затягивания нитку с большого пальца скидывают. Палец оказывается под ниткой от клубка, в своем первоначальном положении для новой петли.

Так, петля за петлей, набирают нужное количество петель первого ряда на спицу. Это начальные петли, служащие основой всякого вязанья (рис. 86, 4).

Закончив набор начальных петель, осторожно вытащите одну из спиц. Придержите остающиеся на спице петли рукой и приступайте к вязанью второго ряда.

После набора петель на спицы начинаем первый ряд вязки. В начале каждого ряда первую петлю снимаем, не провязывая. Делается это так: в левой руке, между большим и указательным пальцами, внутри на пальцах лежит спица с набранными петлями. Нитку от клубка правой рукой кладут на указательный палец

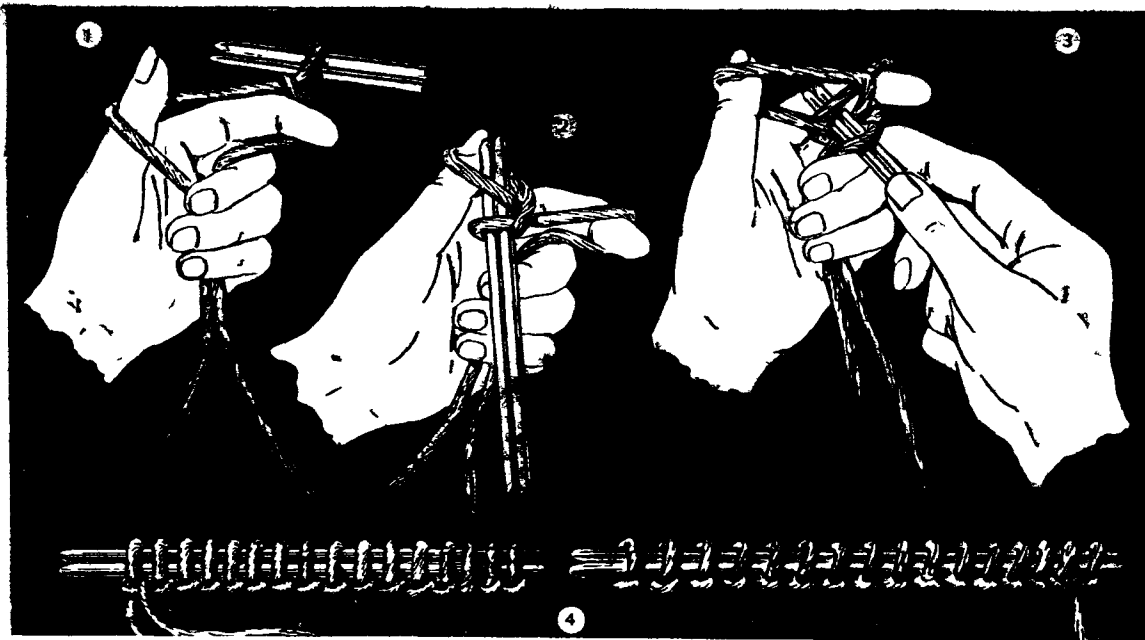


Рис. 86.

левой руки. Мизинцем и безымянным пальцем нитку прижимают к ладони. Спицу, зажатую в правой руке, пропускают вдоль левой спицы в первую петлю и перебрасывают ее на правую спицу.

Последующие петли провязывают. Для этого правую спицу, на которой уже имеется первая, снятая с левой спицы петля, вводят в петлю на левой спице снизу вверх. Берут нить с указательного пальца сверху вниз и протаскивают эту нить через петлю на левой спице. Указательным пальцем правой руки сталкивают левую спицу вниз, оставляя полученную петлю на правой спице.

Так, петля за петлей, перебирают все петли с левой спицы на правую.

Во всяком вязании есть как первая, так и последняя петля. Пока для начала запомним, что последняя петля всегда провязывается лицевой вязкой.

Любое вязание состоит из лицевых и изнаночных петель, которые называются иногда правыми и левыми. Мы же будем их всегда называть лицевыми и изнаночными. Чередованием лицевых и изнаночных петель в разном сочетании счета можно сделать вязку любого желаемого рисунка.

Познакомимся с вязкой лицевых и изнаночных петель.

Лицевая петля (рис. 87). Для того чтобы сделать лицевую петлю, правую спицу введите в петлю на левой спице слева, потом подхватите нитку на указательном пальце справа, выведите ее из петли, столкните левую спицу указательным пальцем правой руки и снимите с нее петлю. Так вяжут лицевые петли.

Изнаночная петля (рис. 88). При вязании изнаночных петель все движения делают в обратном направлении.

Вяжут изнаночной петлей так: перекиньте нитку через левую спицу, положите на указательный палец, спустите на ладонь и придержите мизинцем и безымянным пальцами. Введите правую спицу в петлю на левой спице, захватите на указательном пальце сверху вниз нитку и выведите ее обратно из петли, причем в момент

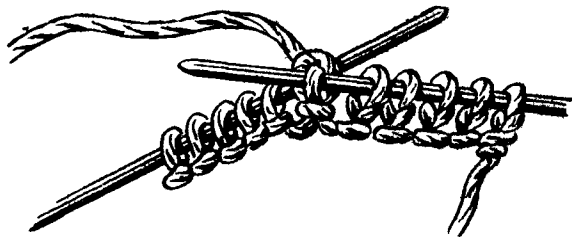


Рис 87.

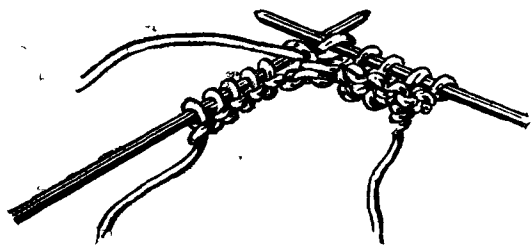


Рис. 88.

вывода поддержите конец спицы с ниткой концом большого пальца левой руки, чтобы нитка не соскочила со спицы, и подтолкните большим пальцем правую спицу с ниткой. Это последнее движение и дает нам новую петлю на правую спи-

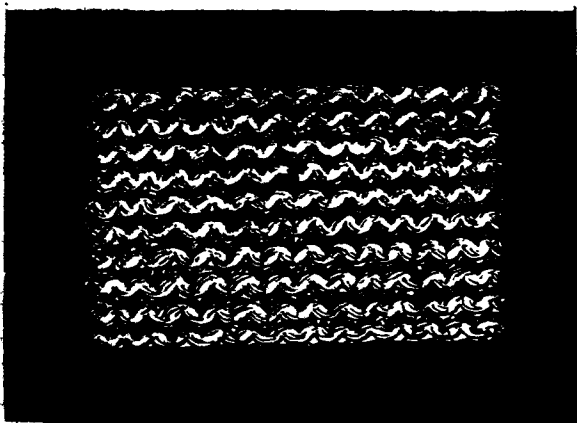


Рис. 89. Образец 1. Обыкновенная двусторонняя платочная вязка.

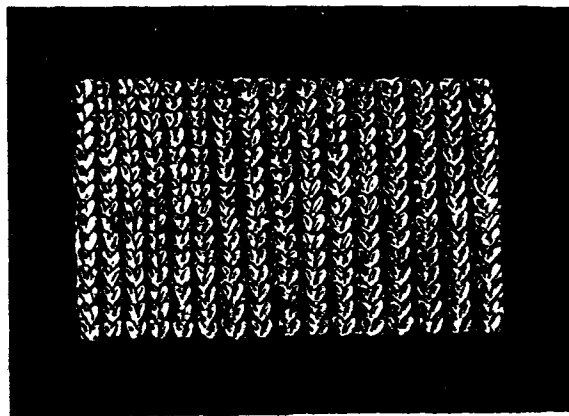


Рис. 90. Образец 2. Обыкновенная двусторонняя чулочная вязка.

цу. Так следует вязать петля за петлей все изнаночные петли.

В книге даны разные рисунки вязки, но в основе их всегда лежат лицевые и изнаночные петли. Вот почему необходимо сначала провязать несколько образцов, чтобы развить технику рук.

ВЯЗАНИЕ ОБРАЗЦОВ

Сначала провяжите первый образец, который называется «обыкновенная двусторонняя платочная вязка». Этим образцом можно вязать платок, шарфик. Им обычно вяжут планки к кофточкам, воротнички и многое другое.

Образец 1 (рис. 89).

Обыкновенная двусторонняя платочная вязка.

Наберите на две спицы двадцать четыре петли, вытащите осторожно спицу и приступайте к вязке. Вспомним последовательность вязания.

1-й ряд. Первую петлю снять, все остальные петли вязать лицевой вязкой.

2-й и последующие ряды вязать, как 1-й.

Для того чтобы не забыть образцы вязок, чтобы легко было подобрать узор вязки для любого задуманного изделия, надо собирать образцы.

Готовые, провязанные образцы следует держать в альбоме. Их, как во всякой коллекции, надо пронумеровать, давать им описание, то есть записывать процесс вязания. Такую запись можно делать как в альбоме, так и в отдельной тетради.

Чтобы образец можно было поместить в альбоме, надо его закончить, то есть закрыть петли. Делается это просто: первую петлю снимаем, вторую провязываем. После этого левой спицей входят в первую петлю сверху, а вторую петлю через нее протаскивают. Получаем одну петлю, провязываем следующую и также протаскиваем ее через предыдущую, и так до конца ряда, до последней петли. Через последнюю петлю протаскиваем нитку, предварительно оборвав. Образец закончен.

Так заканчивается любое изделие.

Образец 2 (рис. 90).

Обыкновенная односторонняя чулочная вязка.

Этим образцом вяжут чулки, носки, кофточки. Наберем на спицу двадцать четыре петли.

1-й ряд. Первую петлю снять, затем весь ряд вязать лицевой вязкой.

2-й ряд. Первую петлю снять, последующие петли вязать изнаночной вязкой.

3-й ряд — как первый, 4-й ряд — как 2-й.

Так, чередуя ряды, получаем образец обыкновенной односторонней чулочной вязки.

Запомним еще одно правило вязания на спицах. Все нечетные ряды идут от нитки, оставшейся от набора петель, а четные ряды идут к нитке. Это надо запомнить для того, чтобы, не задумываясь, определить, какой ряд вяжется.

Образец 3 (рис. 91).

Резинка.

Резинку обычно употребляют при вязке верха носка, рукавиц, манжет у кофты. Она дает плотную эластичную вязку, хорошо стягивает запястье или верх носка. С резинки начинают вязать спортивные кофточки. Резинка применяется в изделиях, комбинированных из ткани и трикотажа.

Для образца 3 набираем на спицу двадцать четыре петли. При расчете любой вещи этой вязки надо брать количество петель, которое делится на 4, чтобы получился правильный рисунок.

1-й ряд. Первую петлю снять, а дальше чередовать: две петли лицевые, две изнаночные.

2-й ряд. Первую петлю снять, последующие петли вязать, как смотрит вязка, то есть над лицевыми — лицевые, над изнаночными — изнаночные.

Последующие ряды вязать, как 1-й и 2-й ряды.

Для вязки резинкой характерны однородные ряды.

Образец 4 (рис. 92).

Выпуклая резинка.

Этим образцом можно вязать шарфики, шапочки, кофточки.

Для расчета петель при образце вязки 4 надо брать количество петель, которое делится на 4, с добавлением еще одной петли.

Набираем двадцать пять петель.

1-й ряд. Первую петлю снять, а дальше чередовать: две лицевые, две изнаночные.

Все последующие ряды вяжем, как первый. В конце каждого ряда остаются две петли, из которых первую вяжут изнаноч-

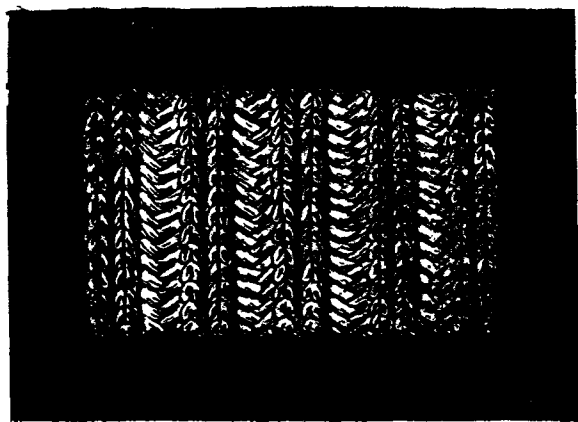


Рис. 91. Образец 3. Резинка.

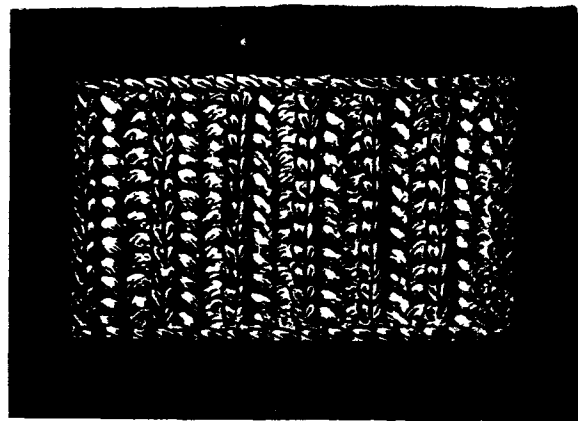


Рис. 92. Образец 4. Выпуклая резинка.

ной вязкой, а вторую (последнюю) — лицевой.

Образец 5 (рис. 93).

Резинка с вариантом.

Это очень распространенный и простой вид вязания, которым можно связать любую вещь, начиная с варежки и кончая платьем. Эта вязка похожа на плотную ткань.

При расчете любой вещи, сделанной этой вязкой, должно быть нечетное количество петель.

Набираем двадцать пять петель.

1-й ряд. Первую петлю снять, одна петля лицевая, следующая — изнаночная и т. д.

2-й ряд. Первую петлю снять, весь ряд вязать лицевой вязкой. Последующие ряды вязать, как 1-й и 2-й ряды.

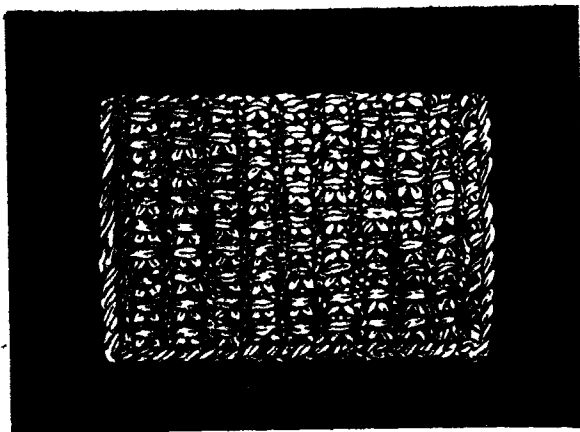


Рис. 93. Образец 5. Резинка с вариантом.

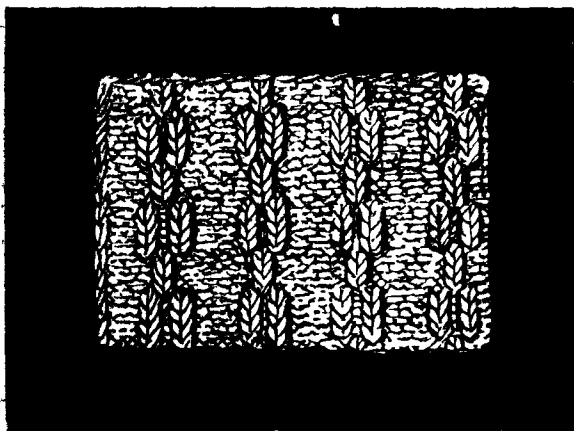


Рис. 94. Образец 6.

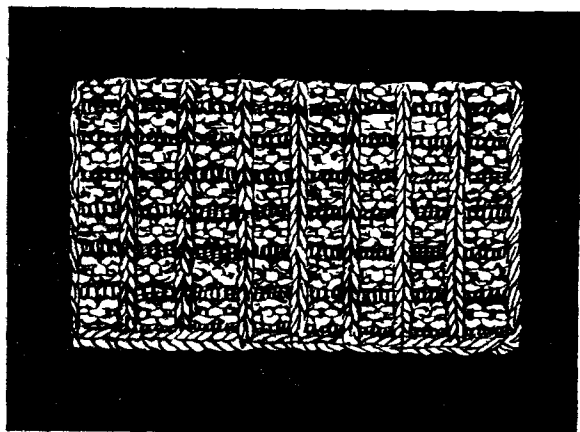


Рис. 95. Образец 7.

Образец 6 (рис. 94).

Этим образцом можно связать спортивную кофточку, свитер для девочки, джемпер. В этом вязанье расчет строится на количестве петель, делящихся на 6, плюс одна петля.

Набираем двадцать пять петель.

1-й ряд. Первую петлю снять, две изнаночные, одна лицевая, пять изнаночных, одна лицевая, снова пять изнаночных, одна лицевая и еще раз пять изнаночных, одна лицевая. В конце ряда две изнаночные, одна лицевая.

2, 3, 4-й ряды вязать, как смотрит вязка.

5-й ряд. Первую петлю снять, одна изнаночная, одна лицевая, одна изнаночная, одна лицевая, три изнаночные, одна лицевая, одна изнаночная, одна лицевая, три изнаночные, одна лицевая, одна изнаночная, одна лицевая, одна изнаночная и последняя — лицевая.

6, 7 и 8-й ряды вязать, как смотрит вязка.

9-й ряд вяжут, как 1-й, и дальше идет повторение рисунка с 1-го по 8-й ряд включительно.

Образец 7 (рис. 95).

Рисунок, редко встречающийся. Он очень простой по вязке, плотный и красивый по рисунку. Этот образец можно использовать для вязки вещей спортивного характера, шаровар, свитера, кофточки и многого другого.

Чтобы вязать таким образом, количество петель, нужное по расчету для изделия, должно делиться на 3 плюс одна петля.

Набираем двадцать пять петель.

1-й ряд. Первую петлю снять, две изнаночные, одна лицевая, так провязываем до конца ряда. Последняя петля лицевая.

2-й ряд вязать, как смотрит вязка.

3-й ряд вязать лицевой вязкой.

4-й ряд вязать изнаночной вязкой.

5-й ряд вязать, как 1-й ряд.

Образец 8 (рис. 96).

Рисунок обладает двумя особенностями — он плотный и тонкий. На него идет сравнительно меньше шерсти, чем на предыдущий. Им вяжут платья. Для этого рисунка берется четное количество петель.

Набираем двадцать четыре петли.

1-й ряд. Первую петлю снимаем, две

лицевые, две изнаночные, и так чередуется до конца ряда. Последняя петля, как всегда, провязывается лицевой вязкой.

2-й и 4-й ряды вязать изнаночной вязкой.

3-й ряд. Первую петлю снять, две изнаночные, две лицевые, и так чередуется до конца ряда.

5-й ряд, как 1-й.

Образец 9 (рис. 97).

Путанка.

Этот образец употребляется для вязки верхних вещей. Он похож на плотную ткань. Им можно вязать детское пальто и любую другую верхнюю одежду.

Особенность этой вязки заключается в том, что надо всегда при расчете изделия брать нечетное количество петель. При закрытии петель, например, когда вывязывается пройма, может остаться четное количество петель, и тогда надо помнить, что необходимо менять вязку, то есть над лицевыми вязать изнаночные, а над изнаночными — лицевые. Это вязка двусторонняя, обе ее стороны одинаковы.

Набираем двадцать пять петель.

1-й ряд. Первую петлю снимаем, одна лицевая, одна изнаночная, и так до конца ряда. В конце ряда — две лицевые.

2-й ряд вязать, как 1-й.

Образец 10 (рис. 98).

Узелки.

Употребляют это вязание при вязке шапочек, но им можно связать и кофточку и отделку на детском платье. При расчете берут всегда четное количество петель. Набираем двадцать четыре петли.

1-й ряд. Первую петлю снимаем, весь ряд вяжем лицевой вязкой.

2-й ряд. Первую петлю снимаем, а весь ряд вяжем изнаночной вязкой. В этом образце вводим новый прием вязки — берем две петли вместе, то есть вместо двух петель, снятых с левой спицы, на правой спице будет одна.

3-й ряд. Первую снимаем, две вместе, и так до конца ряда. Две петли вместе надо брать следующим образом: правой спицей берем две петли, находящиеся на левой спице, справа налево в середину петель и провязываем их лицевой вязкой. Последнюю петлю в конце ряда провязываем лицевой вязкой. В 4-м ряду надо восстановить убавленные в 3-м ряду петли.

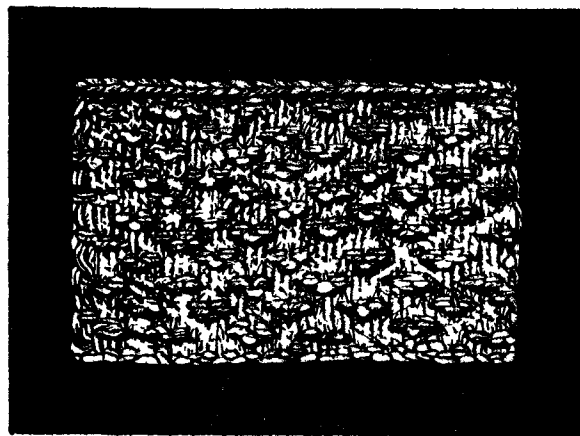


Рис. 96. Образец 8.

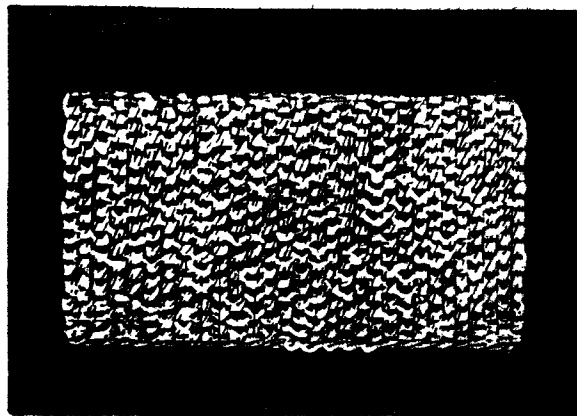


Рис. 97. Образец 9. Путанка.

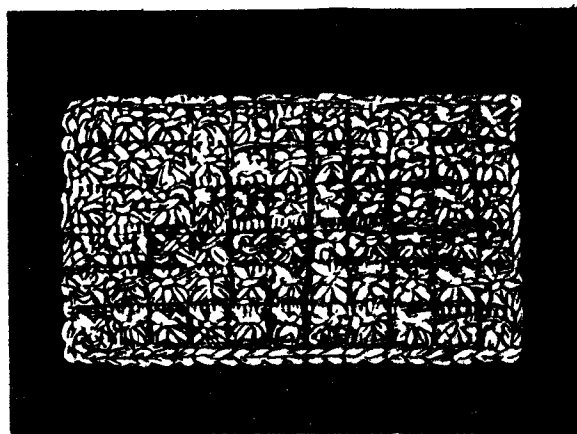


Рис. 98. Образец 10. Узелки.

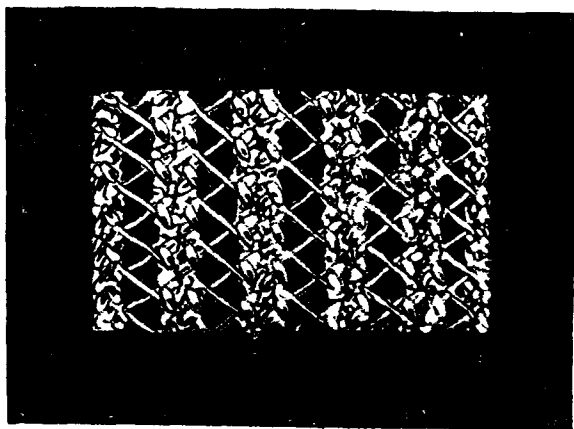


Рис. 99. Образец 11. Мережка.

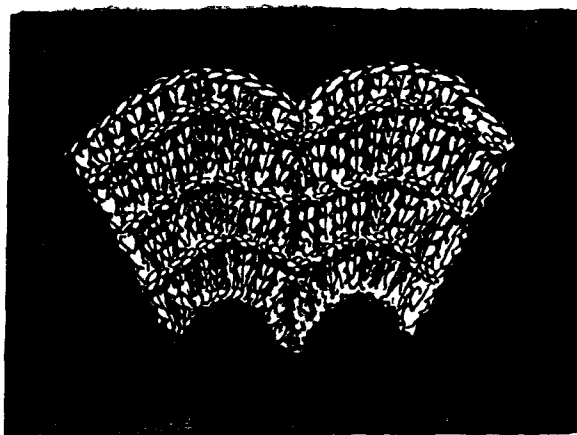


Рис. 100. Образец 12. Веерок.

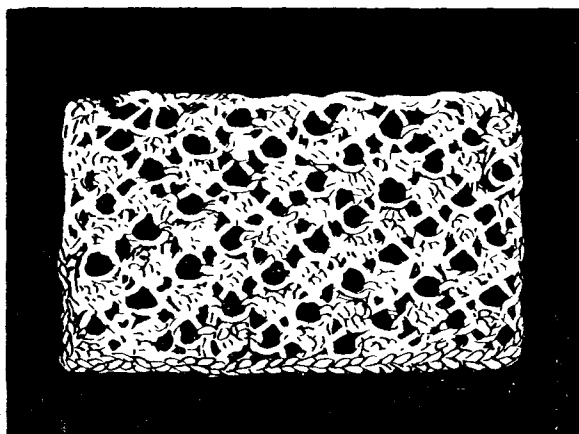


Рис. 101. Образец 13. Паутинка.

4-й ряд. Первую петлю снимаем и дальше чередуем: одну петлю вяжем из петли лицевой вязкой, следующую — из промежутка (берем за ниточку) и тоже лицевой вязкой — вяжем до конца ряда: так восстанавливается количество петель, убавленное в 3-м ряду.

5-й ряд вязать, как 1-й.

Образец 11 (рис. 99).

Этот образец можно назвать «мережка», так как он сквозной, воздушный, состоит из длинных столбиков, соединенных нитями.

Вязка двусторонняя, очень простая, состоит из одного ряда. На это вязанье идет мало ниток. Им можно вязать кофточки, шарфики, косынки.

Количество петель при расчете изделия должно делиться на 3 минус одна петля.

Набираем двадцать три петли.

1-й ряд. Первую петлю снимаем, одна лицевая, затем делаем накид на правую спицу, подхватываем нить с пальца от себя, снизу вверх и берем (как в образце 10) две петли вместе в середину. Так вяжем до конца ряда, все время берем накид, две вместе. В конце ряда — одна лицевая.

2-й ряд вязать, как 1-й.

Образец 12 (рис. 100).

Веерок.

Особенность этого образца — чередование плотной чулочной вязки с прозрачной. Он называется «веерок» потому, что ряды прозрачной вязки, расположенные с правой стороны, идут зигзагообразно, напоминая веер.

Этим рисунком можно вязать детское платье, кофточку, пелеринку.

Количество петель при расчете должно делиться на 15 плюс два.

Набираем тридцать две петли.

1-й ряд. Первую петлю снимаем, две петли вместе, одиннадцать лицевых, две вместе и повторяем: две вместе, одиннадцать лицевых, две вместе, одна лицевая (последняя).

2-й ряд. Первую петлю снять и вязать изнаночной вязкой весь ряд, а последнюю петлю — лицевой вязкой.

3-й ряд. Первую петлю снять, две петли вместе, девять лицевых, две петли вместе, и снова повторим: две петли вместе, девять лицевых, две вместе, а последняя петля лицевая.

4-й ряд. Первую петлю снимаем, а весь ряд вяжем изнаночной вязкой. Последнюю петлю — лицевой вязкой.

5-й ряд. Первую петлю снимаем, две петли вместе, одна лицевая, и шесть раз повторим накид и одна лицевая, две петли вместе, и снова повторим: две вместе, одна лицевая, шесть раз накид и одна лицевая, две петли вместе и последняя — лицевая.

6-й ряд. Первую петлю снимаем, весь ряд вязать лицевой вязкой. Там, где накид, надо брать за нижнюю нитку, а не как обычно — за верхнюю.

7-й ряд. Первую петлю снимаем, а весь ряд вяжем лицевой вязкой.

8-й ряд. Первую петлю снимаем и вяжем дальше изнаночной вязкой.

9-й ряд вяжем, как 1-й.

Образец 13 (рис. 101).

Паутинка.

Это ажурное, сквозное вязание, которым можно выполнить шарфик, косынку, кофточку, кимоно, детское платье. Количество петель должно делиться на 4 минус один.

Набираем двадцать три петли.

1-й ряд. Первую петлю снять, из одной петли сделать три. Это делается следующим образом: первую петлю провязываем обычно (лицевой), но петлю не снимаем со спицы; вторую получаем из накида на спицу (от себя), третью петлю получаем обычно, провязываем из той же петли, из которой провязали первую петлю. Дальше — три петли вместе, провязываем, как две вместе, то есть в середину. И снова повторяем из одной петли три и три вместе. Последнюю петлю провязываем лицевой вязкой.

Четные ряды (2-й, 4-й) провязывать лицевой вязкой.

3-й ряд. Первую петлю снимаем, три петли вместе, из одной петли сделать три (как в 1-м ряду), так вяжем до конца ряда. Последнюю петлю провязываем лицевой вязкой.

5-й ряд вязать, как 1-й.

Теперь, когда вами провязаны образцы, когда вы научились свободно владеть спицами, можно перейти к вязке различных предметов.

При вязке носильных вещей, как и при кройке и шитье, необходимо сначала снять мерку, чтобы связанный предмет не оказался ни слишком большим, ни слишком маленьким.

Есть одно правило, которое никогда нельзя забывать, — это провязывание образца. Провязывать образец надо для того, чтобы установить количество петель в одном сантиметре. Если перед началом вязания не знаешь, сколько вмещается в сантиметре петель, то нельзя точно продумать весь процесс вязки изделия.

Для каждого намеченного изделия надо сначала сделать чертеж, расчет и выкройку. Выкройка все время должна находиться под руками, чтобы можно было ею пользоваться при спуске и прибавке петель согласно патрону, намеченному к вязке изделия.

Зная основы вязания, наиболее распространенные образцы, познакомившись с приемами вязки изделий, дальше можно уже самим не только использовать в разных вариантах, сочетаниях данные в книге образцы вязок, но и придумать свои в зависимости от характера задуманного изделия.

Начнем знакомиться с вязкой изделий на простом примере вязки носка.

носки

Носки вяжут круговой вязкой на пяти спицах, на четыре набирают петли, а пятая — рабочая. Количество петель на каждой спице зависит от размера носка и толщины нитки. При толстой нитке петель меньше, а при тонкой — больше.

Для расчета носков любого размера снимаем две мерки ноги:

1-я — окружность подъема; сантиметром измеряют ногу с пятки на подъем по наклонной плоскости.

2-я — окружность ноги; измеряется у ступни, в самом тонком месте ноги, над косточкой.

Получив два этих измерения, надо определить среднюю окружность, которая нам понадобится для расчета верхней части носка.

Средняя окружность вычисляется так: складывают полученные цифры окружности подъема и окружности ноги и делят полученную цифру на 2. Например, для 35-го размера ноги мы получим: окружность подъема 31 см, окружность ноги — 21 см; $31 + 21 = 52 : 2 = 26$ см.

Следовательно, средняя окружность равна 26 см. На это количество сантиметров делаем расчет набора петель.

Провязываем для определения количе-

ства петель на сантиметр образец вязки 3 любой величины.

Делается это так: количество петель образца делим на количество сантиметров, равное величине образца.

Например, образец из двадцати четырех петель равен 10 см. Тогда $24:10=2,4$, следовательно, 1 см = 2,4 петли.

Чтобы узнать, сколько следует набрать петель, надо среднюю окружность (26 см) умножить на количество петель на 1 см, в нашем примере: $26 \times 2,4 = 62$ петли.

Надо всегда брать такое количество петель, которое делится на 4, то есть на количество спиц. Так как 62 на 4 не делится, то берем 64 или 60 и получаем $60:4=15$.

Следовательно, на каждую спицу набираем по пятнадцать петель.

Проработка, или вязка носков. Начинать вязать надо всегда с верха носка, с резинки. Вяжем резинку, которую мы уже знаем по образцу 3.

Две петли лицевой, две петли изнаночной вязкой. Так надо вязать 5—6 см. Это и будет верх носка — резинка. Резинку можно вязать и меньше — по желанию.

После провязки резинки начинают вязать 7—8 см лицевой вязкой до пятки.

Пятку вяжут на двух спицах.

Берут половину всех петель носка и из этой половины вывязывают пятку, а вторую половину оставляют на спицах или петли нанизывают на нитку. Эти петли будут провязаны позднее, после пятки их присоединяют к боковым сторонам пятки, когда начнут провязывать низ носка, но об этом подробно будет сказано ниже.

Провязка пятки. Петли, предназначенные для пятки, вяжут так:

1-й ряд — лицевой вязкой.

2-й ряд — изнаночной (см. образец 2).

Высота пятки — 5,5—6 см. В зависимости от подъема ноги она может быть и меньше, но для носка, начиная с 35-го размера, это постоянная высота.

Для того чтобы придать форму пятке, надо начать делать спуск петель, то есть начинать убавлять количество петель по форме носка.

Спуск пятки. Начинаем спуск пятки: делим все петли, предназначенные для провязки пятки, на три части. Если будут лишние петли, то их присоединяем к центральной части. Лишние петли образуются тогда, когда число петель не де-

лится на 3. Во взятом нами примере лишних петель нет.

Это деление на три части нужно для того, чтобы петли центральной части вязать дальше, а петли на боковых частях (которые будут образовывать бока пятки) спускать, закрывать, то есть присоединять их постепенно к петлям центральной части.

Начинаем спуск петель с изнаночной стороны, чтобы закончить его с лицевой.

Провязав две трети пятки изнаночной вязкой, берем две петли вместе — последнюю петлю с центральной части и первую петлю с третьей части — и провязываем их вместе изнаночной вязкой. После этого делаем поворот, то есть вяжем в обратном направлении по лицевой стороне пятки. На повороте первую петлю снимаем лицевой вязкой и продолжаем вязать лицевой же вязкой. Последнюю петлю с центральной части снимаем лицевой вязкой, а первую — с третьей части провязываем тоже лицевой. После этого снятую петлю перекидываем на провязанную так же, как закрываем образец 1. Так мы получаем из двух петель одну, что и является основой всякого спуска в вязании.

Продолжаем вязать в том же порядке, пока не окажутся закрытыми все боковые петли.

После окончания спуска пятки набираем боковые петли, петли той спицы, на которой находятся петли от центральной части пятки. Назовем ее 2-й спицей. Вяжем лицевой вязкой петли с 1-й и 2-й спиц. Доходим до ненабранной боковой части, берем 3-ю спицу и набираем петли (из косички), как в первой боковой части. Подходим к центральной части пятки и петли делим на две спицы. Одна часть оказывается на 3-й спице, а вторая часть остается на 4-й спице.

Наше вязание снова на четырех спицах и образовало круг. Теперь, переходя к вязке следа, надо убавить сначала лишние петли, которые могли образоваться после набора боковых петель.

Делаем спуск лишних петель на 3-й и 4-й спицах, то есть оставляем такое количество петель, которое было набрано вначале.

Продолжаем вязание на четырех спицах. 3-я спица. Первую петлю снимаем, вторую петлю провязываем, снятую петлю перекидываем на провязанную так, как закрывали образец 1.

4-я спица. В конце 4-й спицы берем две

последние петли вместе лицевой вязкой. Спуск делаем через ряд. Затем вяжем до косточки большого пальца или до конца мизинца.

Спуск носка. Чтобы придать вязанию форму носка, надо в конце следа уменьшить число петель, свести их к одной-двум петлям. Для этого:

1-я спица. Первую петлю провязываем, вторую петлю снимаем, третью провязываем. Снятую петлю перекидываем на провязанную, как закрывали образец 1. Дальше вяжем до конца спицы лицевой вязкой.

2-я спица. Сначала вяжем лицевой вязкой. Не довязав до конца спицы трех петель, берем две предпоследние петли вместе лицевой вязкой. Последнюю петлю провязываем лицевой.

3-я спица вяжется, как 1-я.

4-я спица вяжется, как 2-я.

Спуск делается через ряд, пока не останется половина петель на спицах, после чего делается спуск в каждом ряду.

Закрывать носок начинаем тогда, когда на каждой спице останется по две петли, и тогда петли с 1-й спицы соединяем с петлями на 2-й спице, а петли с 3-й спицы переносим на 4-ю спицу. Переносим петли с четырех спиц на две, начинаем вязать две петли вместе, то есть первую петлю берем с 1-й спицы и вторую петлю берем со 2-й спицы. Второй раз берем две петли вместе, первую петлю перекидываем на вторую, как закрываем образец 1.

Так вяжем, пока не закроем все петли.

ВАРЕЖКИ

Зимой варежки незаменимы. В них тепло, просторно и удобно руке.

Варежки можно вязать по-разному. Хорошо украсить их рисунком. Познакомимся с одним из самых простых способов вязания их: на двух спицах. Этот характер вязки отличается тем, что делают две половинки варежки, которые потом сшивают. Это дает возможность внутреннюю часть, то есть ту, которая обращена к ладони, менять, заменять новой по мере ее износа. Ведь мы все знаем, что варежка, перчатка изнашиваются скорее на ладони.

Расчет варежки. Чтобы получить расчет варежки, измерим левую руку. Делается это следующим образом: руку кладем ладонь на лист бумаги и обводят карандашом от начала кисти по стороне вдоль

мизинца, вдоль кончиков пальцев, спускаются к большому пальцу и ставят точку. От этой точки влево проводят линию, равную одной трети нарисованной руки по ее ширине. На этой линии будет линия разреза для большого пальца. После того как найдена линия большого пальца, надо закончить чертеж варежки. Для этого из первой точки, от которой начинали обрисовку руки, надо провести прямую горизонтальную линию, затем из точки большого пальца провести прямую до пересечения ее с нижней горизонтальной.

По полученному патрону делаем весь расчет варежки. Как всегда, провязываем образец, в данном случае образец 5, и узнаем количество петель на 1 см.

Самое широкое место руки на чертеже измеряем сантиметром, множим на количество петель на 1 см, прибавляя всегда три петли.

Пусть ширина руки 8 см, следовательно, надо набирать петель: 3 (количество петель, приходящихся на 1 см) $\times 8 + 3 = 27$ петель. Это значит, что на спицы надо набрать двадцать семь петель.

Варежку из двух половинок начинаем вязать с нижней половинки для правой руки. Сначала вяжем резинку (одна петля на одну петлю) величиной в 6 см. После этого вяжем образцом 5 (резинка с вариантом — одна петля на одну петлю). Количество петель на самом широком месте руки легло в основу при вязке резинки. Это объясняется тем, что резинка стягивает и уменьшает размер, придает форму варежки. Рисунок вяжется до линии большого пальца.

Для образования разреза большого пальца снимаем на булавку одну треть петель плюс одну петлю. Затем набираем на спицу такое количество петель, какое было снято на булавку. Эти петли соединяем с петлями этого ряда и вяжем по выбранному образцу до конца мизинца. После этого начинаем спуск петель.

Спуск делается так: когда ряд заканчивается, берем две последние петли вместе лицевой вязкой. Так провязываем в обе стороны, а когда останется четыре-пять петель, закрываем их, как на образце 1.

Вяжем большой палец. Петли с булавки снимаем на спицу. Берем нитку, вяжем верхнюю половину пальца той же вязкой, что и нижнюю часть варежки. Довязываем до половины ногтя и делаем спуск. В кон-

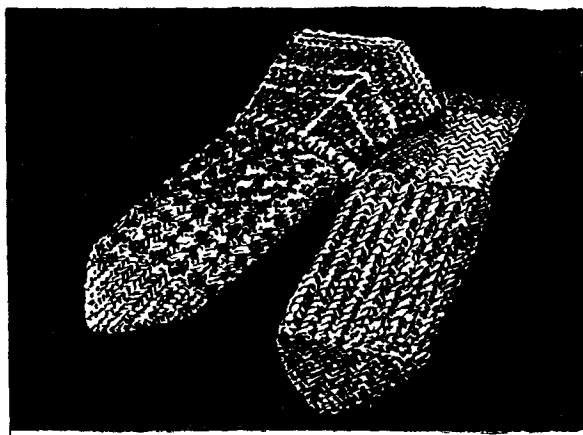


Рис. 102. Варежки.

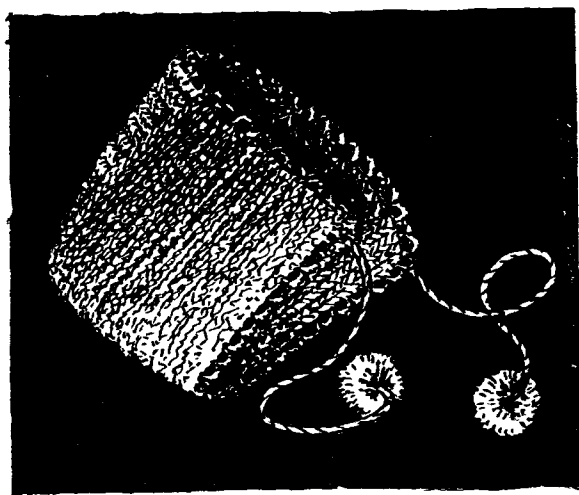
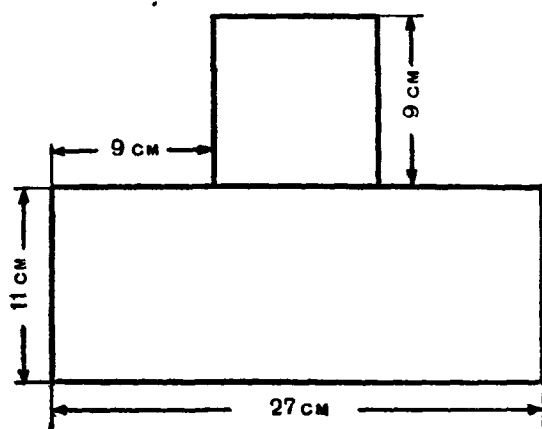


Рис. 103. Чепчик.

це каждого ряда при спуске берем две петли вместе лицевой вязкой.

Нижняя половина пальца делается так: набираем петли из косички, которая образовалась, когда набирали петли для разреза большого пальца.

Нижняя половинка на левую руку вяжется так же, как и нижняя половинка на правую, но разрез для большого пальца делается на противоположной стороне, то есть с левой стороны.

Провязка его начинается так. Не довязываем одну треть петель плюс одну петлю. Надо оставить еще одну петлю, которая соединит разрез пальца. Если, скажем, на булавку при нашем расчете надо снять десять петель, то мы, не довязав одиннадцать петель до конца ряда, десять снимаем на булавку, а затем набираем на спицу столько, сколько было снято на булавку. Последнюю петлю провязываем лицевой вязкой.

Вторая (верхняя) часть варежки вяжется так же, как и первая (нижняя) часть, до конца пальцев. На ней не делается разреза для большого пальца. Эту сторону варежки можно вязать и другой вязкой, отделать рисунком, орнаментом.

Теперь, когда половинки связаны, их нужно сшить. Сначала сшиваем большой палец с изнаночной стороной за две наружные нитки. После этого надо вывернуть палец варежки на правую сторону и прошить его второй раз отделочным цветом, но опять за две наружные ниточки. Точно так же сшивается вся варежка.

Если варежка с орнаментом или отделочным цветом, то швы сшиваются только с изнаночной стороны.

Низ варежки можно делать не только резинкой, но и любой другой вязкой как спицами, так и крючком.

ШАПОЧКИ И ШАРФИК

Шапочки из шерсти — это теплый, удобный головной убор. Особенно его любят наши спортсмены. Чепчик — это первый головной убор, который надевают малышу. Но чем старше становится ребенок, тем сложнее и разнообразнее могут быть шапочки, и их можно отделать рюшкой, помпонами, вязаными цветами, бантами.

Чепчик (рис. 103). Снять мерку с новорожденного трудно, но у чепчика такой простой фасон, что достаточно взять два размера: измерьте окружность головы от одного виска через затылок до другого ви-

ска. Пусть это будет 27 см. Измерьте расстояние от ямки над седьмым шейным позвонком до середины маковки. Пусть это будет 11 см.

Сделаем чертеж: нанесем две параллельные линии, равные 27 см и расположенные на расстоянии 11 см одна от другой. Нарисуем прямоугольник. Верхнюю его часть разделим на три равные части; каждая из которых в нашем примере будет равна 9 см. Среднюю часть поднимаем на 9 см. Соединив выступающую часть с боковыми, мы и получим патрон чепчика.

Чепчик можно вязать любым образцом плотной и прозрачной вязки.

Делаем образец, проверяем количество петель на сантиметре и приступаем к вязанию.

Сначала вяжем высоту чепчика. Набираем на спицу петель на 27 см и вяжем полосу шириной (высота чепчика) 11 см. Затем петли на спице делим на три части. Провязываем, закрывая петли на одну треть (в нашем примере 9 см). Вяжем до конца ряда, поворачиваем в обратную сторону и закрываем петли еще на одну треть (то есть 9 см). Центральную часть (9 см) вяжем дальше. Это уже провязка верхней части, которую мы опять же вяжем на расстоянии 9 см. Закрываем последний ряд петель и соединяем боковые стороны с верхней частью. Сшивают обычно шерстью того же цвета.

К чепчику можно пришить ленты, вязать кружева. Можно вышить его шерстью другого цвета, вязать орнамент.

Низ чепчика можно обвязать крючком, плотной вязкой или сделать кружевной воланчик.

Чепчик можно делать разных цветов, но лучше бледных оттенков. Чепчик можно провязать и на основе уже известной вам вязки пятки у носка.

Спортивная шапочка. Спортивная шапочка очень удобна. Спортсмен надвинет ее глубже и закроет лоб и уши. Ребенку мать отогнет мысик шапки, оставит закрытыми уши. Девочка в теплый зимний день может сдвинуть шапочку со лба и заложить сзади складку.

Этот фасон состоит из шести частей, провязанных вместе. Каждая часть представляет собой параллелограмм.

Особенность этой шапочки состоит в том, что при снятии мерки берут окружность головы, которую затем делят на 6. Каждая часть шапочки в ширину составляет одну

шестую окружности головы, а высота шапочки будет всегда от 13 до 15 см (по желанию).

Сделав патрон всей шапочки, приступаем к ее вязке. Как обычно, делаем образец задуманной вязки из тех ниток, из которых будет вязаться шапочка, и на тех спицах, которыми вяжется изделие. Узнаем количество петель на сантиметр и приступаем к вязанию. Условимся, что при описании последующих изделий будем просто говорить: «делаем образец», подразумевая под этим образец; шерсть, спицы и проверку числа петель на 1 см.

Для провязки спортивной шапочки считаем ее по патрону. Любое изделие всегда надо делать по патрону. Вязка может быть платочная (образец 1), чулочная (образец 2), путанка (образец 9).

Вяжем в следующей последовательности.

Набираем на спицу петли на 13—15 см. Причем 1-й и 2-й ряды провязываем, не прибавляя и не убавляя количества петель.

Затем вяжем строго по патрону. В первой части шапки (в первом параллелограмме) в конце нечетных рядов делаем прибавку. Из предпоследней петли делаем две. Сначала провязываем эту петлю лицевой вязкой, не снимая петли со спицы, затем провязываем еще раз в середину. Так и получается из одной петли две. Последнюю петлю провязываем лицевой вязкой.

В конце четных рядов берем две последние петли вместе лицевой вязкой, то есть правой спицей входим в две петли, как обычно при лицевой вязке.

Таким образом, у нас получается постепенная прибавка петель с одной стороны и такое же постепенное убавление петель с другой стороны, что и составляет рисунок параллелограмма. Так вяжем одну шестую часть патрона, равную одной шестой части окружности головы.

Перейдем ко второй части.

Вторая часть вяжется в обратной последовательности: там, где шла прибавка петель (в конце каждого нечетного ряда), будем убавлять, то есть две последние петли брать вместе лицевой вязкой. На противоположной стороне, там, где на предыдущей части убавлялись петли, теперь будем прибавлять: из одной последней петли делаем две петли.

И так будет чередоваться часть за частью. В центральных частях, то есть 3-й и 4-й, расчет рядов нужно делать так, что-

бы на 1 см было их меньше, чем в остальных частях (1-й и 2-й, 5-й и 6-й).

После окончания вязания нужно шерстью этого же цвета связать шапочку. Сначала сшивают высоту, то есть соединяют всю шапочку. Затем сшивают первую часть со второй, третью с четвертой и пятую с шестой поверху.

Шапочка с помпоном (рис. 104). Эта шапочка для повседневной носки. Она теплая, вяжется плотной вязкой, нарядная и простая по вязанию. Состоит она из загнутого бортика и донышка из четырех клиньев, соединенных вместе.

Мерку снимают так же, как и для предыдущей шапки.

Для шапки берем образец 10, делаем расчет и вяжем, предположим, на голову окружностью 52 см. Бортик 10—12 см вяжем узелками, после бортика провязываем 7—8 см выпуклой резинкой (образец 4). После этого петли на спице делим на четыре части. Вяжем первую часть по принципу варежки, то есть убавляем петли равномерно в конце ряда и получаем конус. Когда останется четыре-пять петель, закрываем их.

Так вяжут все четыре части.

Для этого вязания, которое требует большого количества петель, надо брать большие спицы (35—40 см).

Сшиваем боковые стороны, затем стороны конусов.

Низ шапочки загибаем валиком, узелками наверх.

Шарфик с двойной петлей (рис. 105). У нас уже имеются шерстяные носки, варежки и шапочки. Для полного набора не

хватает шарфика. Вот мы сейчас и расскажем, как его сделать.

Наш шарфик состоит из двух веерков и узкой части, которая идет по шее.

Смерить надо только окружность шеи; предположим, она равна 36—38 см. Остальные размеры будут постоянными.

Концы шарфика вяжем веерком (образец 12). Окружность шеи на шарфике вяжем выпуклой резинкой (образец 4).

Набираем на спицу семьдесят семь петель. Четыре ряда провязываем платочной вязкой. Затем 15—20 см вяжем веерком (образец 12). После последнего ряда петли на спице делим на две части. Делается это так: на 1-ю спицу идут все нечетные петли, а на 2-ю спицу — четные. Сначала провязываем петли на 1-й спице, на которой нечетные петли. Для этого берем 3-ю спицу (рабочую) и ею провязываем 6—6,5 см резинкой, одна петля на одну, то есть одна петля лицевая, одна изнаночная.

Провязав 6—6,5 см на 1-й спице, переходим ко 2-й спице. 1-ю спицу из вязанья не вынимают.

На 2-й спице тоже провязываем 6—6,5 см, также резинкой.

После этого с обеих спиц петли переносим на 3-ю. При соединении петель с двух спиц на одну вяжут одну петлю с 1-й спицы, одну со 2-й, убавляя равномерно шестнадцать раз по одной, то есть шестнадцать раз равномерно берут две петли вместе лицевой вязкой. Например, если было семьдесят семь петель, то остается шестьдесят одна петля. Это количество петель вяжем выпуклой резинкой (образец 4) по размеру окружности шеи (36—38 см).

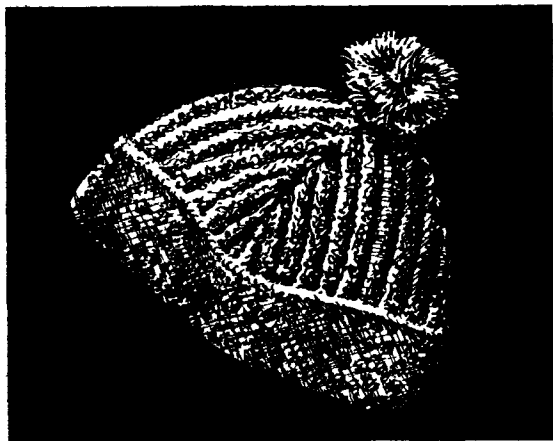


Рис. 104. Шапочка.

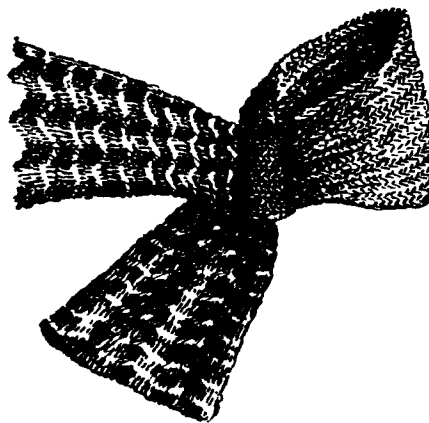


Рис. 105. Шарфик.

После этого прибавляем шестнадцать петель, то есть равномерно по всему ряду делаем из одной петли две.

Снова вяжем веерком на расстоянии, равном первому веерку.

ПРЯМОЙ ПРОСТОЙ ЖАКЕТ

Теперь, когда вы познакомились с провязкой образцов, когда вы научились вязать простые предметы, не требующие специальной выкройки, вы можете перейти к вязке носильных вещей. Для примера мы даем описание вязки прямого простого жакета.

Прямой простой жакет вяжется свободным, без фасонных линий. Его можно вязать с цельнокроеным воротником шалькой и с бортиками. Жакет может застегиваться спереди на пуговицы. Можно сделать его совершенно без застежки.

Рукав может быть узким, длинным и на $\frac{3}{4}$ длины.

Жакет хорошо украсить по переду полочки рисунком, сделанным другой, двусторонней и односторонней (в зависимости от фасона) вязкой, но не цветной, так как это грубит изделие.

Выкройка для прямого жакета. Выкройка для вязаного изделия делается несколько иначе, чем для изделия из ткани. Она более схематична. Это объясняется тем, что шерсть податливее ткани. Ей можно под утюгом придать требуемую линию, форму. Но, как и для изделия из ткани, для вязаного изделия необходимо снять мерки, а затем по ним составить чертеж.

Возьмем для нашего примера 48-й размер.

Вот те мерки, которые необходимы при вязании любого изделия:

Окружность груди. Эту мерку снимают так: сантиметр ведут по лопаткам на уровне подмышек, по высокой части груди. Отмечают место соединения сантиметра. Полученная цифра обозначает основной размер. От этого основного размера (в нашем примере 96 см) и будут сделаны основные расчеты.

Окружность бедер. Величину окружности бедер получают, измерив сантиметром самую широкую часть бедер. Примерно на расстоянии 17—19 см ниже линии талии. В нашем примере это 104 см.

Длина спины. Длина спины имеет две мерки. От седьмого шейного позвонка до линии талии и дальше — на желаемую

длину жакета. Для прямого жакета 48-го размера это будет $38 \text{ см} + 22 \text{ см} = 60 \text{ см}$ (общая длина жакета).

Ширина спины. Ширина спины измеряется по самому узкому месту. Найти его нужно следующим образом: от седьмого шейного позвонка вниз отмеривают 15—16 см, через полученную точку кладут сантиметр по лопаткам до начала рук. В нашем примере это 38 см.

Длина переда. Длина переда измеряется от начала плеча у основания шеи через высокую точку груди до линии талии. Сантиметр должен ложиться свободно. При снятии мерки надо стоять ровно, прямо.

Общая длина должна быть рассчитана, как и на спинке, то есть прибавка от линии талии должна совпадать с прибавкой на спинке. Но длина переда до линии талии обычно бывает больше, чем на спинке. При сутулой фигуре разницы между передом и спинкой почти нет.

В нашем примере длина переда до талии $43 \text{ см} + 22 \text{ см} = 65 \text{ см}$.

Есть еще одно измерение, которое для прямого жакета не нужно, но для желающих связать прямой жакет с отдельным воротничком или стойкой это измерение поможет установить размер выреза ворота. Для этого измеряется длина переда от шейной ямочки по линии середины переда до линии талии. Сантиметр лежит свободно. В нашем примере расстояние примерно равно 35 см.

Длина плеч. Она измеряется от основания шеи по плечу до плечевой косточки. В нашем примере — 13 см.

Окружность шеи. Измерив сантиметром шею по ее основанию, получают нужный размер. Для 48-го размера это 38 см.

Длина рукава. Чтобы получить размеры для чертежа рукава, снимают две мерки: длину рукава и окружность кисти руки.

Сантиметром измеряют линию от плечевой косточки через точку локтя до косточки у кисти руки. Рука должна быть при измерении в полусогнутом состоянии. В нашем примере это 58 см.

Окружность кисти руки измеряют по суставам на ладони. Кисть руки слегка собирают в горсточку, большой палец прижимают к ладони. В нашем примере 20 см.

Из полученных размеров составим вспо-

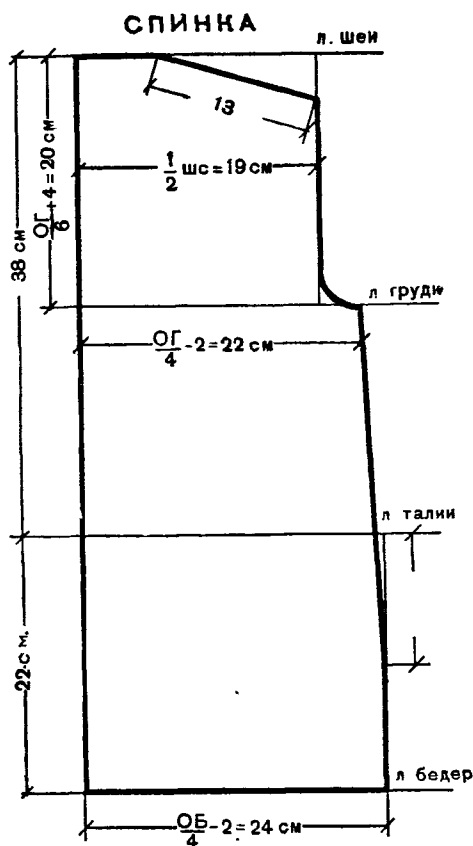


Рис. 106.

могательную таблицу, которая будет нужна при построении чертежа.

Окружность груди (ОГ), деленная на 4:

$$\frac{\text{ОГ}}{4} = \frac{96}{4} = 24 \text{ см.}$$

Окружность груди (ОГ), деленная на 6:

$$\frac{\text{ОГ}}{6} = \frac{96}{6} = 16 \text{ см.}$$

Окружность бедер (ОБ), деленная на 4:

$$\frac{\text{ОБ}}{4} = \frac{104}{4} = 26 \text{ см.}$$

Чертеж делают по сетке. Линии сетки имеют свои наименования: «линия шеи», «линия груди», «линия талии» и «линия бедер». Все полученные мерки должны быть расположены внутри сетки. В процессе построения чертежа будут введены новые цифры, которые не были при снятии размеров. Они обычно являются постоянными для любых размеров. Условно будем их называть постоянной величиной.

Приступим к составлению чертежа.

Чертеж вычерчиваем на согнутой пополам бумаге. На сгиб бумаги приходится середина спины. Горизонтальная верхняя часть бумаги будет называться линией шеи. Построим остальные линии сетки (линию груди, талии, бедер).

Для получения линии груди от линии шеи вниз по линии середины спины (по сгибу бумаги) отмеряем $\frac{\text{ОГ}}{6} + 4 \text{ см}$ (4 см — величина постоянная) или $96:6 \text{ см} + 4 \text{ см} = 20 \text{ см}$.

От полученной точки 20 см проводим горизонтальную линию произвольной длины.

Линию талии получаем, отмерив от линии шеи вниз по сгибу бумаги снятую мерку длины спины — 38 см. От точки 38 см проводим горизонтальную линию произвольной длины.

Для получения линии бедер от линии талии вниз по сгибу бумаги отмеряем желаемую длину. В нашем примере 22 см. От точки 22 см проводим горизонтальную линию произвольной длины.

Линия ширины спины берется по снятой мерке. В нашем примере ширина спины 38 см. Наносят ее на чертеж следующим образом: по линии груди и шеи отмеряем одну вторую часть ширины спины. У нас это будет 19 см. Точки 19 см соединяем прямой линией.

Как же теперь заполнить сетку?

На чертеж наносим новую линию — линию плеча. От линии шеи вниз по линии ширины спины отмеряем 3 см (величина постоянная), от полученной точки 3 см к линии шеи влево отмеряем длину плеча по снятой мерке (13 см) и проводим линию до пересечения с линией шеи. Получим наклон плеча.

Для обрисовки проймы по линии груди вправо отмеряем $\text{ОГ}:4 - 2 \text{ см}$ (величина постоянная) или по таблице 24 см — 2 см = 22 см.

Теперь вогнутой линией соединим эту точку по линии груди с линией ширины спины, как это показано на рисунке.

Для расчета линии бедер от точки середины спины (сгиб бумаги) по линии бедер отмеряем $\text{ОБ}:4 - 2 \text{ см}$ (постоянная величина), то есть 26 — 2 = 24 см.

Чтобы получить линию бокового шва, нужно по линии талии отложить $\text{ОБ}:4 - 2 \text{ см}$, то есть 24 см. Полученные точки 24 см по линии бедер и талии соеди-

ПОЛКИ

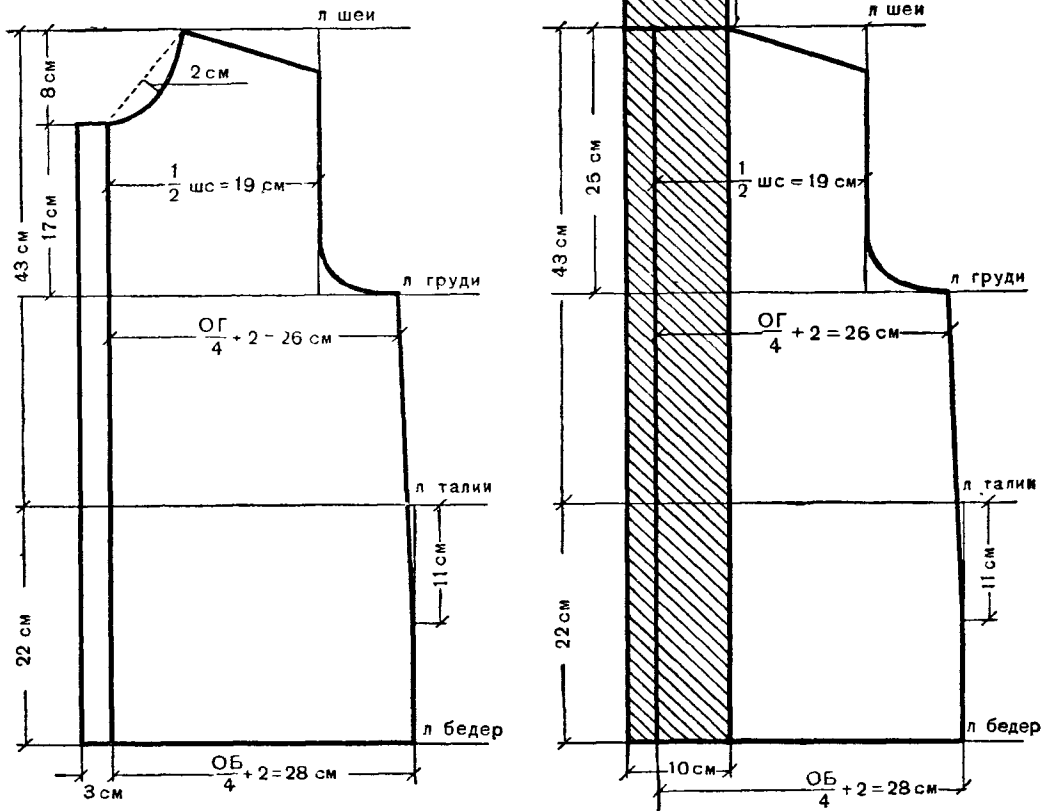


Рис 107.

няем. От полученной по линии талии точки 24 см вниз по боковому шву отмеряем 11 см (величина постоянная). Эти 11 см берутся для всех размеров, чтобы не обузить жакет по линии бедер.

Точку 11 см соединяем с точкой 22 см по линии груди прямой линией.

Чертеж спинки закончен (рис. 106).

Перейдем к составлению чертежа для выкройки полки (рис. 107).

Размеры даны выше.

При выполнении чертежа полки на бумаге закладываем планку шириной 3 см.

Для получения линии талии от линии шеи вниз отмеряем длину полки до линии талии (43 см) и от полученной точки проводим горизонтальную линию произвольной длины.

Для получения линии груди расстояние от линии талии на чертеже спинки переносим на чертеж полки. От полученной точки проводим горизонтальную линию произвольной длины.

Для получения линии бедер от линии талии вниз отмеряем желаемую длину. В нашем примере 22 см. От точки 22 см проводим горизонтальную линию произвольной длины.

Для получения линии ширины полки по линии шеи и линии груди отмеряем 0,5 ширины спины (19 см). Эти точки (19 см) соединяем прямой линией.

Для получения линии плеча наносим на чертеж, как и на чертеж спинки, новую линию — линию плеча.

От линии шеи вниз по линии ширины полки отмеряем 4 см (величина постоянная при правильной фигуре). От полученной точки 4 см к линии шеи отмеряем длину плеча по снятой мерке (13 см) и проводим линию до пересечения с линией шеи. Получаем наклон плеча на полке.

Для обрисовки проймы от точки середины полки вправо по линии груди отмеряем $ОГ : 4 + 2$ см = 26 см. Расстояние от точки 19 см до точки 26 см делим на три части.

Две части переносим вверх по линии ширины полки. Соединяем полученные точки по линиям ширины полки и линии груди вогнутой линией.

Для расчета линии бедер от точки середины полки по линии бедер отмеряем $ОБ : 4 + 2 \text{ см}$ (величина постоянная), то есть $26 + 2 = 28 \text{ см}$.

Чтобы получить линию бокового шва на чертеже полки, нужно по линии талии отмерить $ОБ : 4 + 2 \text{ см}$, то есть 28 см . Полученные точки 28 см по линии талии и линии бедер соединить прямой линией. От полученной точки 28 см по линии талии отмеряем вниз по боковому шву 11 см (величина постоянная).

Точку 11 см соединяем с точкой 26 см на линии груди прямой линией.

Обрисовку ворота получают так. Расстояние от плеча до линии талии равно 43 см (в нашем примере). Расстояние от шейной ямочки до талии равно 35 см . Разница между 43 см и 35 см равна 8 см . Это и есть глубина выреза ворота.

От линии шеи по линии середины полки вниз отмеряем 8 см .

Получим вспомогательную точку для более точной обрисовки ворота. Точку 8 см соединяем пунктиром с точкой 13 см на линии плеча. Делим пунктир пополам. От полученной точки половины пунктира под прямым углом вниз отмеряем 2 см . Соединяем вогнутой линией полученные точки (13 см , 2 см и 8 см).

Составим чертеж рукава (рис. 108).

Чертеж вычерчиваем на согнутой пополам бумаге. На сгиб бумаги приходится середина рукава. Горизонтальная линия бумаги — линия высокой точки оката рукава.

По сгибу бумаги отмеряем длину рукава. В нашем примере 58 см . От полученной точки (58 см) проводим горизонтальную линию произвольной длины.

Для получения высоты оката рукава по сгибу бумаги от линии высокой точки оката рукава вниз отмеряем: $ОГ : 6 - 1 \text{ см} = 96 : 6 - 1 \text{ см} = 15 \text{ см}$.

Для получения ширины проймы от полученной точки 15 см проводим горизонтальную линию, равную $ОГ : 6 + 4 \text{ см} = 20 \text{ см}$.

Чтобы получить обрисовку оката рукава, надо соединить пунктиром высокую точку оката с точкой 20 см (линией ширины проймы). Полученный пунктир делим на четыре части. По линии пунктира получаем три

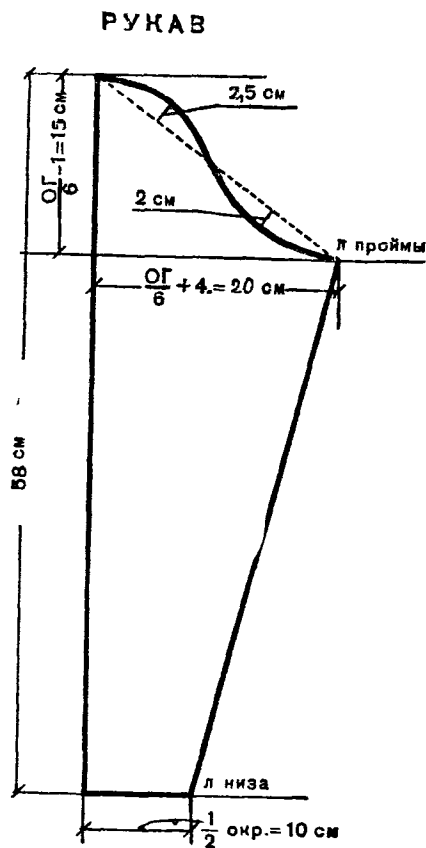


Рис. 108.

точки. От первой точки после точки 20 см вниз под прямым углом отмеряем 2 см , от третьей точки вверх отмеряем $2,5 \text{ см}$. Полученные точки 2 и $2,5 \text{ см}$ соединяем плавной вогнуто-выпуклой линией. Для этого от точки 20 см через точку 2 см проводим вогнутую линию к центральной (второй) точке по пунктиру. От второй точки на пунктире плавной выпуклой линией соединяем точки $2,5 \text{ см}$ и высокую точку оката рукава.

Ширину рукава по линии низа получаем так. Ширина рукава взята по мерке окружности кисти руки. В нашем примере 20 см . На чертеж наносим $0,5$ окружности кисти руки (10 см). Точку 10 см соединяем с точкой 20 см (линией ширины проймы рукава) прямой линией.

После того как закончен чертеж, его следует превратить в выкройку. Для этого обрезают бумагу по основным линиям чертежа (по его обрисовке).

На основном чертеже прямого жакета

можно подрисовать любую фасонную линию.

Технология вязки жакета. Жакет состоит из пяти основных частей: спинки, двух полков и двух рукавов. Могут быть дополнительные части: воротник, карманы, пояс.

Прежде чем приступить к вязке жакета, делают чертеж на желаемый размер.

Приступая к вязке, надо сначала провязать несколько образцов из той шерсти, из которой будет сделано изделие. Надо иметь в виду, что из разной шерсти один и тот же образец выглядит по-разному и получается разной величины.

Для прямого жакета надо взять образец более гладкого рисунка вязки (рис. 109).

Хорошо взять для жакета один из видов путанки. В основе этого образца, как вы уже знаете, лежат лицевые и изнаночные петли.

Для вязки образца можно взять любое количество петель. Наберем на спицы двадцать семь петель.

1-й ряд. Первую петлю снять, одна лицевая, одна изнаночная, и так до конца ряда.

2-й и 4-й ряды (все четные) вязать изнаночной вязкой.

3-й ряд. Первую петлю снять, одна изнаночная, одна лицевая, и так вяжем до конца ряда.

5-й ряд вязать, как 1-й.

Образец для отделки жакета — поперечная резинка. Она и удобна и красива для отделки, она двусторонняя, ее можно отвернуть и получить бортик, шальку, носить просто стоечкой (рис. 110).

Для вязки образца поперечной резинки также берут любое количество петель. Наберем опять двадцать семь петель.

1-й ряд вяжем лицевой вязкой.

2-й и 3-й ряды — изнаночной вязкой.

4-й ряд — лицевой вязкой.

5-й ряд — как 1-й.

Можно предложить еще два образца, которыми хорошо связать и жакет и кофту с цельнокроеным рукавом.

На рис. 111 показан образец, в основе которого лежит известная уже нам чулочная вязка. В данном случае она отделана изнаночными петлями, расположенными по диагонали.

Набираем на спицы количество петель, делящееся на 8, от взятого количества петель отнимаем 3 петли. Например, 32 петли — 3 петли = 29 петель.

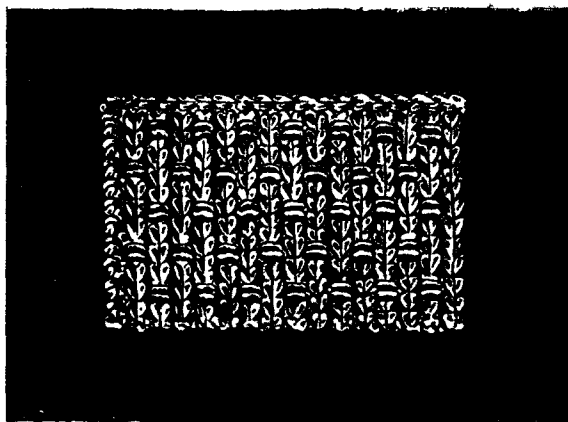


Рис. 109.

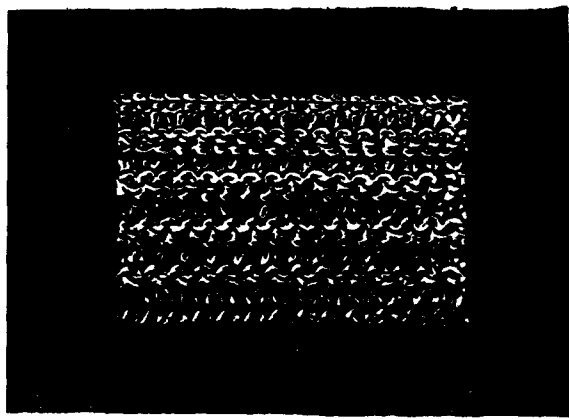


Рис. 110.

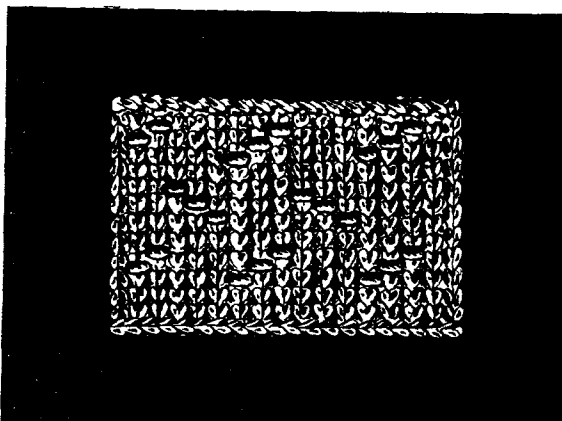


Рис. 111.

1-й ряд. Первую петлю снимаем и дальше вяжем лицевой вязкой.

2-й ряд. Первую петлю снимаем и вяжем изнаночной вязкой.

3-й ряд. Первую петлю снимаем, две лицевые, одна изнаночная, семь лицевых, и так до конца ряда: одна изнаночная и семь лицевых.

Условимся, что чередование петель, повторяющееся до конца ряда, будет заключено в скобки.

4-й ряд. Первую петлю снимаем, одна изнаночная (одна лицевая, семь изнаночных).

5-й ряд. Первую петлю снимаем (одна изнаночная, семь лицевых).

6-й ряд вязать изнаночной вязкой.

7-й ряд вязать лицевой вязкой.

8-й ряд вязать изнаночной вязкой.

9-й ряд. Первую петлю снимаем, четыре лицевые (одна изнаночная, семь лицевых).

10-й ряд. Первую петлю снимаем, пять изнаночных (одна лицевая, семь изнаночных).

11-й ряд. Первую петлю снимаем, шесть лицевых (одна изнаночная, семь лицевых).

12-й ряд вязать изнаночной вязкой.

Рисунок повторить с 1-го ряда.

Следующий образец на рис. 112 дан для отделки односторонней вязкой краев жакета (вместо планки) и низа изделия.

Рисунок состоит из лицевых и изнаночных рядов и снятых петель.

Набираем количество петель, делящееся на 3. Наберем двадцать четыре петли. Этого количества вполне достаточно для вязки отделочной полосы.

1-й ряд вязать лицевой вязкой.

2-й ряд вязать изнаночной вязкой.

3-й ряд — лицевой.

4-й ряд — изнаночной.

5-й ряд. Первую петлю снимаем, одна изнаночная (нитку положить на лицевую сторону вязанья), две петли снять, не провязывая с левой спицы на правую, при этом нитку, лежащую на лицевой стороне вязанья, придерживать для того, чтобы нитка осталась лежать на лицевой стороне рисунка. После того как сняли две петли, провязать одну изнаночную петлю, и так до конца ряда.

6-й ряд вязать лицевой вязкой.

Рисунок повторить с 1-го ряда.

Предположим, что вы уже выбрали образец для вязки. Количество петель на 1 см (оно зависит от толщины нитки) вы

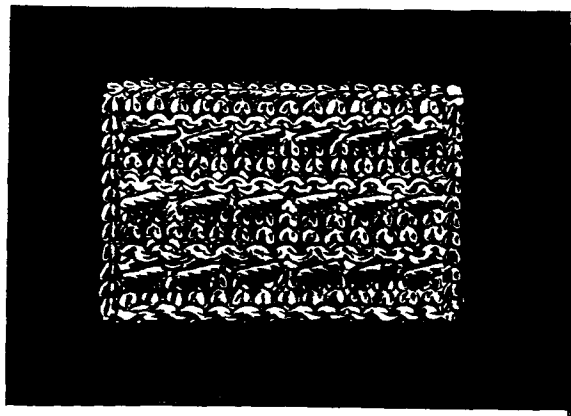


Рис. 112.

определили. А зная количество петель на 1 см, легко определить необходимое количество петель на ширину спины по выкройке того размера, который вяжут.

Жакет всегда вяжут по патрону и начинают с линии бедер.

Вязка спины свободного жакета. После того как на спицы набраны петли согласно ширине спины, провязываем два-четыре ряда платочной вязкой (см. образец платочной вязки), это нужно сделать для того, чтобы материал не загибался, а лежал свободно и прямо. Потом начинаем вязать по выбранному нами образцу. Вяжем до точки 11 см на патроне. Связанный материал прикладываем к выкройке по линии груди. Связанный кусок окажется шире выкройки примерно на 2 см с каждой стороны, в нашем случае на шесть петель с каждой стороны. Расстояние от точки 11 см (на выкройке) до линии груди (точка 22 см) делим на количество лишних петель, в данном случае на шесть частей. По мере вязки в каждой отмеченной части убавляют по одной петле с каждой стороны. Убавку делают следующим образом: в конце ряда берут две последние петли вместе лицевой вязкой. Так провязывают до линии груди.

От линии груди начинается обрисовка проймы. Пройму провязывают при помощи приема закрытия петель (см. закрытие петель на образцах).

При обрисовке проймы провязанный материал прикладывают на линию ширины спины (выше проймы), чтобы узнать, сколько петель надо убавить на обрисовку проймы. Материал кладут слева направо так, чтобы с левой стороны он ложился по вы-

кройке, а с правой стороны выходил за пределы выкройки. Лишние петли, которые вышли за пределы выкройки, делим на две части (для убавки петель по обе стороны изделия). В нашем примере это будет двадцать четыре петли, то есть по двенадцать петель с каждой стороны следует убавить.

Перейдем к закрытию петель.

1-й раз. Спуск следует начинать с лицевой стороны (от ниточки начала вязанья). Закрываем одну треть лишних петель одной стороны ($12 : 3 = 4$ петли). В конце лицевого ряда берем две петли вместе лицевой вязкой. Осталось три петли, которые надо убавить после поворота с изнаночной стороны вязанья.

2-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе с лицевой вязкой, на повороте с лицевой стороны вязанья две петли закрываем. В конце лицевого ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте с изнаночной стороны вязанья также закрываем две петли.

3-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой и на повороте с лицевой стороны вязанья закрываем одну петлю. В конце лицевого ряда берем две петли вместе лицевой вязкой и на повороте с изнаночной стороны вязанья закрываем одну петлю.

4-й раз вяжем, как 3-й раз.

5-й раз. В конце изнаночного и лицевого ряда берем по две петли вместе лицевой вязкой. Спуск петель для обрисовки проймы закончен.

Дальше вяжем без убавок до плеча.

Надо установить количество петель, приходящихся на плечо, чтобы закрыть петли для скоса плеча. Для этого материал накладываем на длину плеча. Узнаем количество петель в длине плеча, делим их на шесть частей и закрываем их за шесть раз.

В нашем примере длина плеча 13 см и количество петель оказалось 36. Делим 36 на 6, получаем шесть петель, которые и убавляем за шесть приемов.

1-й раз. Сразу с лицевой стороны (от ниточки) закрываем шесть петель. В конце лицевого ряда берем две петли вместе лицевой вязкой. На повороте с изнаночной стороны вязанья закрываем пять петель потому, что одну петлю уже убавили по лицевой стороне, когда брали две петли вместе.

2-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте с лицевой стороны вязанья пять пе-

тель закрываем. В конце лицевого ряда берем две петли вместе лицевой вязкой. На повороте с изнаночной стороны вязанья закрываем пять петель.

3, 4, 5 и 6-й разы — делаем закрытие петель, как во 2-й раз.

7-й раз. Закрываем все оставшиеся петли, которые должны пойти для выреза ворота.

Вязка рукавов свободного жакета. Рукава вяжутся раньше полоч потому, что в случае, если шерсти не хватит, полки можно вязать из другой шерсти, которая будет служить отделкой.

Рукав вяжется по выкройке. Расчет петель берется по недовязанной спинке, удобнее определить количество их, когда они находятся на спицах. Это делает расчет более точным.

Материал спинки прикладываем к выкройке рукава по линии низа. Определяем количество петель для начала вязания рукава. Два-четыре ряда провязываем платочной вязкой. Следующие 4 см вяжем без прибавки тем рисунком, которым вяжут жакет. Чтобы определить количество недостающих петель, надо провязанный низ рукава (4 см) приложить на линию проймы выкройки рукава по самому широкому месту. Узнав количество недостающих петель, делим их на две части, в нашем примере недостающих петель будет $56 : 2$, по двадцать восемь петель с каждой стороны. Начинаем их равномерно прибавлять с обеих сторон от точки 4 см до линии проймы рукава. Для этого расстояние от точки 4 см до линии проймы делим на двадцать восемь частей. Прибавка делается так. В каждой точке деления в конце ряда прибавляется одна петля, то есть из предпоследней петли делаем две петли. Делается это следующим образом: предпоследнюю петлю провязывают лицевой вязкой и, не снимая ее со спицы, провязывают еще раз в середину петли, так на спице образуется новая петля. Последняя петля, как обычно, лицевая.

Довязав до линии проймы, делаем обрисовку оката рукава.

1-й раз. С лицевой стороны (от ниточки) закрываем пять петель. В конце лицевого ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте с изнаночной стороны вязанья закрываем четыре петли.

2-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, а на повороте с лицевой стороны вязанья закрываем две петли. В конце лицевого ряда бе-



Рис. 113.

рем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте с изнаночной стороны закрываем две петли.

3-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте закрываем одну петлю. В конце лицевого ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, а на повороте одну петлю закрываем.

4, 5, 6-й разы закрываем петли, как в 3-й раз.

7-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой. Потом накладываем материал на выкройку и проверяем, надо ли еще закрывать петли. Если на повороте закрывать петли не следует, то в конце каждого ряда будем брать по две петли вместе лицевой вязкой.

Не довязав до высокой точки оката рукава 1,5—2 см, вяжем далее следующим образом:

1-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте с лицевой стороны вязанья закрываем три петли. В конце лицевого ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте с изнаночной стороны вязанья закрываем три петли.

2-й и 3-й разы закрываем петли, как в первый раз.

4-й раз. Закрываем все оставшиеся петли.

Все окаты рукавов делаются по этому принципу. Вяжут их строго по выкройке и в случае надобности не берут в конце ряда две петли вместе. Это делается в тех случаях, когда обнаружено, что рукав заузен.

Вязка полки свободного жакета. Прежде чем приступить к вязке полки, на основной чертеж наносят фасонные линии. Мы уже говорили, что полки могут быть заделаны по-разному: шалькой, с отворотами (бортиками), с отдельно вывязанным воротником. Различные фасоны полков должны гармонировать с основным фасоном и учитывать особенности фигуры.

В нашем примере рекомендуется сделать цельновязаную шальку с рисунком из поперечной резинки, которая оживит однообразие основной вязки и придаст изящный вид жакету (рис. 113).

Фасонные линии на чертеж наносятся следующим образом: вдоль переда полков от выреза ворота до линии бедер проводят параллельную линию переда. Ширина полосы, придающей данный фасон, должна быть не шире отрезка от начала планки до начала плеча. Эта ширина планки нужна нам для того, чтобы закончить ею цельновязаную шальку. Обычно длина этой полосы продолжается от линии шеи вверх на 6,5—7 см и равняется половине выреза ворота на спинке.

Расчет и вязку левой полки делаем по связанной спинке. Количество петель определяем, накладывая готовую спинку на выкройку. Отделочная полоса рассчитывается самостоятельно. Вот почему для данного фасона приходится делать два расчета.

1-й расчет делается по выкройке ширины отделочной полосы. У нее она равна 10 см. Устанавливаем по образцу поперечной резинки количество петель, приходящихся на 1 см. В нашем примере это три петли, следовательно, надо набрать тридцать петель.

2-й расчет делается по основному рисунку жакета. Прикладываем связанный материал спинки к выкройке полки по линии бедер и узнаем, какое количество петель нужно набрать для вязки полки (без отделочной полосы).

После того как на спицы набраны петли согласно ширине полки, провязываем два-четыре ряда платочной вязкой (как на спинке). Продолжаем вязать теми рисунками, которые выбраны для вязки полки, то есть двусторонней резинкой (отделочная полоса), и рисунком основной вязки.

Начинают вязать левую полку от бокового шва (правую от отделочной полосы). Доходят до отделочной полосы, провязывают одну изнаночную петлю (чтобы основной рисунок не слился с отделочной полосой) и переходят к вязке поперечной резинки.

Вяжем, как и на спинке, до точки 11 см на патроне. Связанный материал прикладываем к выкройке по линии груди. Оставшиеся лишние шесть петель (в нашем примере) распределяем на шесть частей по патрону и начинаем равномерно убавлять.

Как и на спинке, от линии груди начинаем обрисовку проймы. Накладываем провязанную часть на ширину полки патрона выше проймы. Петли, которые выходят за выкройку, пойдут на обрисовку проймы. В нашем примере таких петель двадцать четыре.

Приступим к обрисовке проймы.

1-й раз. Закрываем одну третью часть лишних петель ($24 : 3 = 8$).

2-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе, на повороте с лицевой стороны вязанья три петли закрываем.

3-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте две петли закрываем.

4-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте одну петлю закрываем.

5-й раз и все последующие вяжем, как 4-й раз, пока не закроем все лишние петли.

Закрыв все петли, вывязав пройму, вяжем до плеча. Зная количество петель на плече спинки, такое же количество берем на плечо полки. Количество петель плеча делим на восемь частей. В нашем примере тридцать шесть петель на 8 без остатка не делятся. Тогда делаем так: четыре по пять петель и четыре раза по четыре петли.

Перейдем к закрытию петель на плече.

1-й раз. Закрываем с лицевой стороны вязанья пять петель (одна восьмая всех петель плеча), вяжем до конца ряда.

2-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте с лицевой стороны вязанья четыре петли закрываем.

3-й и 4-й разы делаем, как 2-й раз.

5-й раз. В конце изнаночного ряда берем две петли вместе лицевой вязкой, на повороте с лицевой стороны вязанья три петли закрываем.

6, 7 и 8-й разы — как 5-й раз.

Плечо закрыто. Оставшиеся петли (в ширину отделочной полосы) продолжаем вязать поперечной резинкой. Вяжем до высоты 6,5—7 см, или до одной второй части выреза ворота на спинке. Закрываем все петли, как на образце.

Эта часть резинки нужна для шальки.

Правая полка рассчитывается и вяжется так же, как и левая, с той только разницей, что вязать начинаем от отделочной полосы (с линии середины полки). Закрытие петель проймы и плеча делаем с изнаночной стороны изделия.

Теперь, когда все части прямого жакета связаны, нужно их обработать. Это значит, что все части жакета надо отпарить и сшить.

Отпаривают через мокрую тряпку, горячим утюгом по левой стороне. Материал кладут на мягкую подстилку, на сложенное в несколько рядов байковое одеяло или подушку. Утюг на тряпку не ставят, а слегка проводят по тряпке утюгом. Затем все части изделия укладывают на выкройку, прикалывают по краям булавками. Если материал больше или меньше выкройки, то его подгоняют под нее, то есть вытягивают или укладывают, и приколотым к выкройке дают высохнуть. Высыхая, все части принимают форму выкройки.

Все части изделия сшивают в следующей последовательности: боковые швы сшивают через край за все четыре ниточки, плечи сшивают через край, а затем второй раз прошивают швом назад иголкой (это делается для того, чтобы они не вытянулись). Рукав сначала сшивают через край. Потом находят высокую точку оката рукава. Для этого рукав складывают пополам, по шву, на место высокой точки накладывают силлок. Находят середину проймы жакета. Для этого пройму складывают пополам от плечевого шва. Чтобы вшить рукав правильно, скрепляют высокую точку оката рукава с плечевым швом, а шов рукава — с серединой проймы. Шьют по рукаву. Наверху рукав слегка припосаживается. Рукав вшивают двумя швами, как плечо.

Шалька сшивается так: провязанные полосы правой и левой полок (по 6,5—7 см) сшивают. Шов приходится на середине спины, а нижнюю часть шальки пришивают к вырезу ворота на спинке.

* * *

Мы заканчиваем нашу книгу, наши беседы о домашнем хозяйстве. Хотелось бы, чтобы наши молодые читатели нашли в ней для себя много полезного, нужного. Поэтому беседы мы старались дополнить и чисто практическими материалами, советами из того, что является наиболее простым, существенным в огромном запасе разнообразных знаний, который принято называть домоводством.

Конечно, у каждой хозяйки, даже у самой молодой, есть свои навыки, свои приемы, привычки в ведении домашнего хозяйства. Многие из них, наверное, оправдывают себя в делах, ускоряют их и кажутся тем, кто их знает, особенно рациональными. Мы не прочь узнать о них, если читатели расскажут об этом в своих письмах, поделятся своим опытом, продолжат тем самым наши беседы.

ЛИТЕРАТУРА

- «Краткая энциклопедия домашнего хозяйства». Москва, изд-во БСЭ, 1959.
- «Книга полезных советов». Минск, Государственное изд-во БССР, 1958.
- «Домашнее хозяйство». Пермь, Пермское книжное изд-во, 1958.
- «300 полезных советов». Ленинград, Лениздат, 1957.
- О. И. Волкова, В помощь молодой хозяйке. Саратов, 1958.
- Н. Н. Калинин, Советы по домоводству. Куйбышев, 1958.
- «Советы по домоводству». Ростов-на-Дону, 1958.
- «Советы молодой хозяйке» Краснодар, 1958.
- Д. А. Раев, Полезные советы в домашнем хозяйстве. Свердловск, 1957.
- «Домоводство». Москва, Сельхозгиз, 1958.
- «За здоровый быт» Ленинград, Лениздат, 1957.
- Л. А. Кассиль, Дело вкуса. Москва, изд-во «Искусство», 1958.
- А. С. Макаренко, Книга для родителей. Москва, Учпедгиз, 1956.
- «Книга о вкусной и здоровой пище». Москва, Пищепромиздат, 1952.
- «Кулинария». Москва, Госторгиздат, 1955.
- «Детское питание». Москва, Госторгиздат, 1957.
- В. Б. Киселева, Детская кухня. Москва, Медгиз, 1956.
- «Полезные советы». Москва, «Московский рабочий», 1958.
- «Справочник индивидуального застройщика». Москва, Госстройиздат, 1958.
- А. И. Шафир, Гигиена жилища. Ленинград, Медгиз, 1956.
- Б. А. Архангельский, Г. Н. Сперанский, Мать и дитя. Москва, Медгиз, 1956.
- И. И. Побединский, Л. Г. Степанов, Гигиена женщины. Москва, Медгиз, 1955.
- К. Г. Сысолин, Как сохранить красоту кожи, лица и волос. Москва, Медгиз, 1957.
- М. С. Мордкович, Л. Ф. Блинов, Переработка плодов, ягод и овощей в домашних условиях. Москва, Сельхозгиз, 1957.
- А. Ф. Наместников, Консервирование плодов и овощей в домашних условиях. Москва, Пищепромиздат, 1954.
- П. Е. Кабарян, Химия в быту. Москва, КОИЗ, 1957.
- И. Ф. Добрынин, Электроприборы в быту. Москва, Гостехиздат, 1958.
- Н. А. Спасский, Склеивание предметов домашнего обихода. Москва, КОИЗ, 1956.
- И. П. Попов, Домашняя стирка белья. Москва, издание Министерства коммунального хозяйства РСФСР, 1956.
- А. Януш, Мы шьем сами. Перевод с немецкого. Москва, Гизлегпром, 1957.
- М. И. Мерцалова, Пошивка женского легкого платья. Москва, КОИЗ, 1955.
- Т. А. Зубкова, Т. Н. Смирнова, Вязание на спицах. Москва, Гизлегпром, 1956.
- В. А. Фалеева, Е. И. Кокуца, Пособие по вышивке. Москва, изд-во «Искусство», 1954.
- Н. И. Серпухова, Г. К. Тавлинова, Комнатные и балконные растения. Ленинград, Лениздат, 1955.
- Н. М. Верзилин, Путешествие с домашними растениями. Ленинград, Детгиз, 1954.
- В. Г. Тулинцев, Цветоводство. Москва, издание Министерства коммунального хозяйства РСФСР, 1953.
- В. И. Егоров, Е. А. Назарян, Справочник по садоводству. Москва, Профиздат, 1957.

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ

ВАШ ДОМ

Об уюте и обстановке квартиры. Е. Никольская	7	О доме в сельской местности	83
Об уюте	7	Участок. А. Овчинников	84
Благоустройство комнаты и квартиры . .	9	Изгороди, трельяжные решетки и перголы. А. Овчинников	85
Мебель	18	Планировка дома и его благоустройство. А. Овчинников	89
Освещение, занавеси и украшения . . .	33	Устройство отдельных частей дома. А. Овчинников	93
Машыш и его уголок	40	Внешняя отделка дома. А. Овчинников	98
Кухня и посуда	45	О надворных хозяйственных постройках. С. Иванчиков	98
Расчет и сбережения	56	Как содержать дом в порядке. С. Иванчиков	99
Об уборке и ремонте	57	Подготовка дома к зиме С. Иванчиков	105
Уборка помещения. Е. Никольская	57	Уход за садово-огородным инвентарем, инструментами и приспособлениями. С. Иванчиков	109
Ремонт и окраска помещений. Л. Чериковер, С. Иванчиков	66		
Домашние инструменты. Л. Чериковер	75		
Можно сделать самим. Л. Чериковер	78		

ПИТАНИЕ

М. Лифшиц

Организация питания семьи	115	Рецепты домашней кухни*	176
О составе пищи	115	Салаты и винегреты	176
Меню	118	Супы	177
О кулинарном искусстве и способах приготовления пищи	124	Мясные блюда	180
Порядок приготовления обеда	126	Блюда из домашней птицы и дичи . . .	183
Как облегчить и ускорить приготовление пищи	128	Рыбные блюда	184
О пище ребенка	132	Овощные и грибные блюда	185
Несколько замечаний об экономии . . .	134	Блюда из круп, макарон, творога . . .	187
Кулинарное использование пищевых продуктов	136	Изделия из теста	189
Пищевые жиры	136	Начинка и кремы для изделий из теста	191
Мясо	138	Хлеб	192
Домашняя птица и дичь	145	Сладкие блюда	193
Рыба	149	Соусы	195
Овощи и грибы	153	Напитки	196
Крупы, макаронные изделия и мука . .	165	Национальные блюда	196
Молоко	169	Заготовки	202
Яйца	171	Прием гостей и праздничный стол	209
Приправы и пряности	173	К вам пришли гости	209
		Праздничный стол	212
		Примерные меню праздничного стола . .	219

* Рецепты составлены при консультации инженера-технолога общественного питания В. Сидорова и кулинара Н. Кириадзе.

ОДЕЖДА

Умение одеваться. Е. Никольская . . .	225	Белье и его стирка. Е. Никольская	278
Нужно ли одеваться модно?	225	Для тех, кто хочет сам шить и вязать . . .	287
О покупке новой одежды	228	Перedelка одежды. Л. Литвина . . .	287
Женский гардероб	231	Из новой ткани. Л. Литвина	311
Мужской гардероб	237	Приложение. Н. Денисова, В. Не-	
Ансамбль и аксессуары	240	мира	337
Найдите свой стиль	241	Как научиться вязать. Е. Рогова,	
Умение носить платье	256	Л. Смирнова	355
Об уходе за кожей, зубами и волосами .	259	Литература	381
Уход за одеждой	264		
Уход за одеждой. Е. Никольская	264		
Мелкий ремонт одежды. З. Дудина . .	272		



БЕСЕДЫ О ДОМАШНЕМ ХОЗЯЙСТВЕ

Редакторы *И. Авраменко, Л. Тормозова*

Худож. редактор *А. Степанова*

Техн. редактор *Н. Михайловская*

A08744 Подп к печ 17/X 1959 г.
Бум. 84×108¹/₁₆ = 12 бум. л. = 39,36 печ. л.
+ 8 вкл. 42 уч.-изд. л. Заказ 169
Тираж 1 000 000 экз. Цена 15 р. 35 к.
(7-й завод — 100 000 экз.)

Типография «Красное знамя»
изд-ва «Молодая гвардия».
Москва, А-55, Суцневская, 21.

104
5 р. 35 к.

МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ